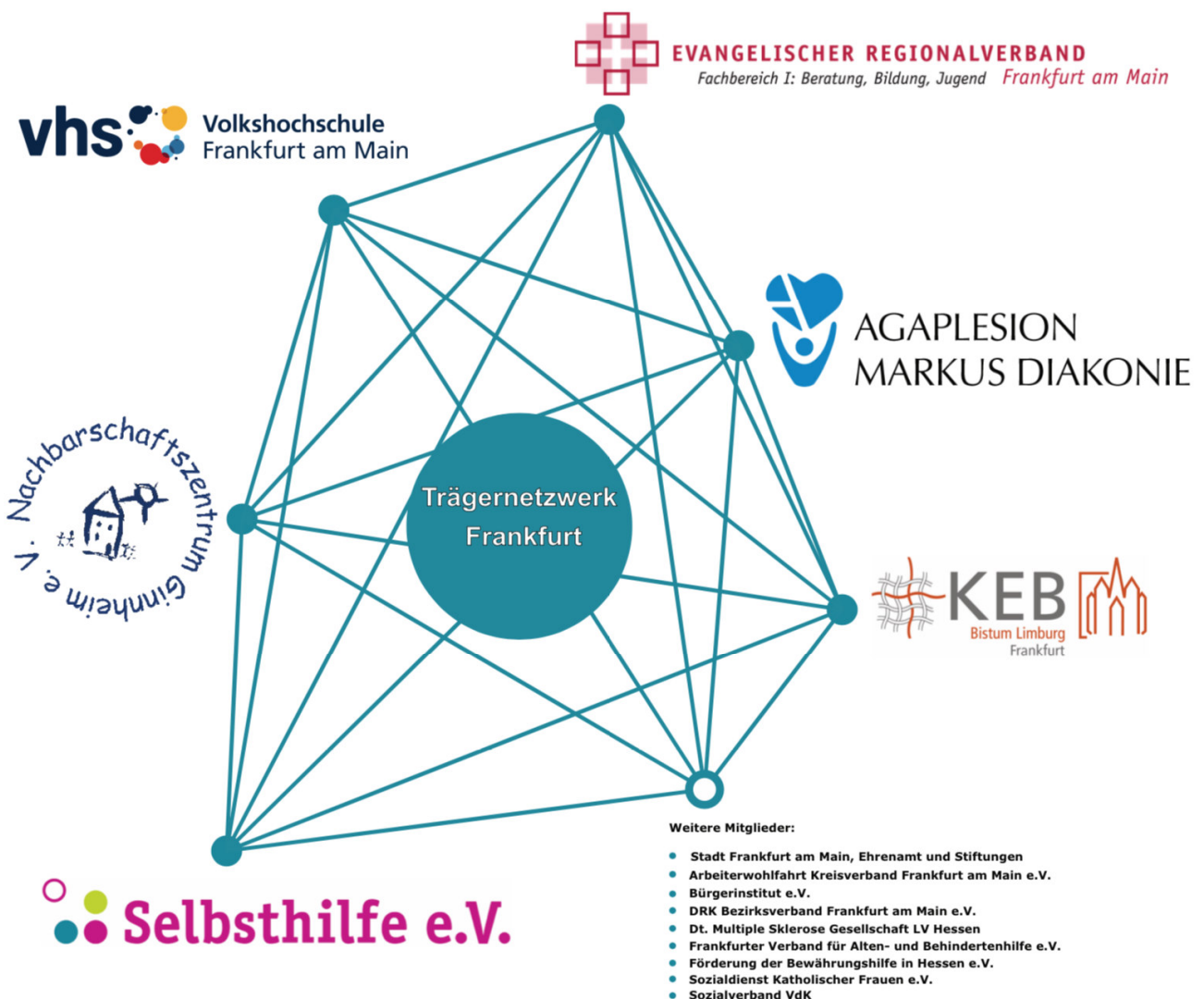


# Seminare für ehrenamtlich Engagierte

## April bis Juni 2021

**Sie sind ehrenamtlich engagiert und wollen sich dafür fortbilden?  
Sie möchten sich auf eine freiwillige Tätigkeit vorbereiten?**

Das Trägernetzwerk Frankfurt bietet **ganzjährig** Seminare zu unterschiedlichen Themen an.  
Die Seminare bieten Ihnen auch Gelegenheit, sich mit anderen Freiwilligen auszutauschen.



Das Angebot wird gefördert durch das Hessische Sozialministerium



**Achtung:** Die folgenden Angaben entsprechen dem aktuellen Planungsstand.  
Aufgrund der Corona-Pandemie kann es zu Abweichungen von Ort und Zeit kommen.  
Auch die Anzahl der möglichen Teilnehmer\*innen kann stark begrenzt sein.  
Bitte informieren Sie sich rechtzeitig beim jeweiligen Veranstalter!

## Seminare des Selbsthilfe e.V.

[www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)

Anmeldung unter: [service@selbsthilfe-frankfurt.net](mailto:service@selbsthilfe-frankfurt.net)



**Online: Lustig und hilfreich: Nie mehr sprachlos.**

Zeit: Donnerstag, 29.04.2021, 16.00 - 19.00 Uhr, Referent\*in: Dr. Hermann Refisch (Dipl.-Psychologe), Kosten: 5,00 €

**Geht nicht, gibt's nicht!**

Zeit: Donnerstag, 17.06.2021, 10.00 - 17.00 Uhr, Ort: Sonnemannstr. 3, 60314 Frankfurt, Referent\*in: Sabine Hornig, Kosten: 10,00 €

---

## Seminar des Nachbarschaftszentrum Ginnheim e.V.

[www.nbz-ginnheim.de](http://www.nbz-ginnheim.de)

Anmeldung unter: [info@nbz-ginnheim.de](mailto:info@nbz-ginnheim.de), 069 53056679



**Excel II Grundlagen (Aufbau)**

Zeit: Samstag, 15.05.2021, 10.00 - 15.00 Uhr, Ort: Ginnheimer Hohl 14, 60431 Frankfurt, Referent\*in: Conchita Ahrens, Kosten: 10,00 €

---

## Seminare der Katholischen Erwachsenenbildung

[www.keb-frankfurt.bistumlimburg.de](http://www.keb-frankfurt.bistumlimburg.de)

Anmeldung unter: [keb.frankfurt@bistumlimburg.de](mailto:keb.frankfurt@bistumlimburg.de), 069 8008718-460



**Online: Die goldenen Regeln im Umgang mit Menschen – Der Schlüssel zu persönlichem und beruflichem Erfolg**

Zeit: donnerstags, 08.04., 15.04. und 22.04.2021, 16.00 – 21.00 Uhr (3x), Referent\*in: Viola Sophie Horn, Kosten: 30 €

**MS Office Kurs für Fortgeschrittene**

Online: Zeit: mittwochs, ab 14.04.2021 (einmal pro Woche), 09.30 - 12.30 Uhr (10x), Ort: Haus am Dom, Domplatz 3, 60311 Frankfurt, Referent\*in: Mohamed Fadl, Kosten (für alle 10 Termine): 25 €

**Grundkurs Windows Betriebssysteme, MS Word und Internetanwendungen**

Zeit: samstags, ab 17.04.2021 (einmal pro Woche), 09.30 - 12.30 Uhr (10x), Ort: Haus am Dom, Domplatz 3, 60311 Frankfurt, Referent\*in: Mohamed Fadl, Kosten (für alle 10 Termine): 25 €

**Gut zu wissen! – Fortbildungsangebot für Ehrenamtliche, Multiplikatoren und Interessierte**

Zeit: dienstags, 27.04. und 01.06.2021, 16.30 – 19.30 Uhr, Ort: AMKA, stadtRAUMfrankfurt, Mainzer Landstraße 293, 60326 Frankfurt, Referent\*in: N. N., Kosten: keine

**Online: Gestresst, erschöpft und ausgebrannt?!**

Zeit: Freitag 11.06.2021, 14.00 - 20.00 Uhr und Samstag 12.06.2021, 10.00 - 17.00 Uhr, Referent\*in: Katrin Röntgen, Kosten: 27,50 €

---

## Seminar der Volkshochschule Frankfurt

[www.vhs-frankfurt.de](http://www.vhs-frankfurt.de)

Anmeldung unter: [nedica.divac.vhs@stadt-frankfurt.de](mailto:nedica.divac.vhs@stadt-frankfurt.de), 069 21238329



**Begleitender Kurs für aktive Lesepaten mit teilnehmerorientierten Themen**

Zeit: dienstags, 20.04., 27.04. und 04.05.2021 (3x), 17.30 – 19.45 Uhr, Ort: Sonnemannstr. 13, 60314 Frankfurt, Referent\*in: Marion Knögel, Kosten: 12 €

## Seminare der AGAPLESION MARKUS DIAKONIE gGmbH

[www.markusdiakonie.de](http://www.markusdiakonie.de)

Anmeldung unter: [akademie@markusdiakonie.de](mailto:akademie@markusdiakonie.de), 069 60906822



**Online: Achtsamkeit für pflegende Angehörige - wie ich im Pflegealltag mehr Lebensqualität gewinne**

Zeit: Mittwoch, 21.04.2021, 17.30 – 19.00 Uhr, Referent\*in: Petra Johann, Kosten: freiwilliger Kostenbeitrag

**Online: Tüdelig oder schon dement? Informationen über typische Symptome von Demenz und erste Schritte bei der Diagnose Demenz**

Zeit: Mittwoch, 05.05.2021, 17.30 – 19.00 Uhr, Referent\*in: Dr. Katrin Jekel (Dipl. Psychologin), Kosten: freiwilliger Kostenbeitrag

**Online: Lebensverlängerung um jeden Preis? Ethische Fragen zu Therapieentscheidungen am Lebensende**

Zeit: Mittwoch, 19.05.2021, 17.30 – 19.00 Uhr, Referent\*in: Dr. Barbara Wolf-Braun, Kosten: freiwilliger Kostenbeitrag

**Online: Bewegungsförderung bei pflegebedürftigen Menschen**

Zeit: Mittwoch, 26.05.2021, 17.30 – 19.00 Uhr, Referent\*in: Ilona Wolf, Kosten: freiwilliger Kostenbeitrag

**Online: Medikamente im Alter - Psychopharmaka / Schmerzmittel und ihre Wechselwirkungen**

Zeit: Mittwoch, 09.06.2021, 17.30 – 19.00 Uhr, Referent\*in: Dr. Dunkel (Fachärztin für Allgemeinmedizin), Kosten: freiwilliger Kostenbeitrag

**Online: Endlich frei – Schritte aus der Depression**

Zeit: Dienstag, 22.06.2021, 17.30 – 19.00 Uhr, Referent\*in: Arthur Schall (Dipl. Psychologe), Kosten: freiwilliger Kostenbeitrag

---

## Seminare des Evangelischen Regionalverbandes

[www.frankfurt-evangelisch.de](http://www.frankfurt-evangelisch.de)

Anmeldung unter: [barbara.hedtmann@frankfurt-evangelisch.de](mailto:barbara.hedtmann@frankfurt-evangelisch.de),  
069 921056678



EVANGELISCHER REGIONALVERBAND

Fachbereich I: Beratung, Bildung, Jugend Frankfurt am Main

**Frühstückstreffen für Ehrenamtliche: Gedächtnistraining**

Zeit: Freitag, 23.04.2021, 10.00 – 13.00 Uhr, Ort: Evangelische Kreuzgemeinde, Gemeindehaus, Alt Preungesheim 22, 60435 Frankfurt, Referent\*in: Angelika Elies (Verband der Gedächtnistainer\*innen), Kosten: freiwilliger Kostenbeitrag

**Gegen die Einsamkeit: Begegnung im digitalen Raum – Telefonkonferenz**

Zeit: Freitag, 30.04.2021, 17.00 – 19.00 Uhr, Ort: Spenerhaus, Dominikanergasse 5, 60311 Frankfurt, Referent\*in: Constantin van de Loo, Kosten: 10 €

**Gegen die Einsamkeit: Begegnung im digitalen Raum – Videokonferenzen über Zoom**

Zeit: Freitag, 18.06.2021, 17.00 – 19.00 Uhr, Ort: Spenerhaus, Dominikanergasse 5, 60311 Frankfurt, Referent\*in: Constantin van de Loo, Kosten: 10 €

---

## Koordination des Trägernetzwerks:



Sonnemannstraße 3, 60314 Frankfurt, 069 55 93 58,  
E-Mail: [service@selbsthilfe-frankfurt.net](mailto:service@selbsthilfe-frankfurt.net),  
Internet: [www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)

**Das aktuelle Seminarprogramm des Trägernetzwerks finden Sie unter:**

[www.selbsthilfe-frankfurt.net/news](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net/news)