



**Herbie e.V.**

Miteinander wachsen, füreinander da sein.

# Seminarangebote

für die Wahlseminare

# Freiwilligendienst

# 2019-2020

Gültig von 10/2019 - 08/2020

Stand 14.10.2019

Seminarnummer 2019/10

## „Politik live erleben I“ - Sächsischer Landtag in Dresden

**28.10.2019** | 08:45 - 17:00 Uhr

Wir besuchen den sächsischen Landtag in Dresden. Im Rahmen einer Führung werden wir das Gebäude und den Plenarsaal kennenlernen und über die Aufgaben und die Arbeitsweise der Abgeordneten informiert. Im Anschluss können Sie direkt ihre Fragen an eine/n Abgeordnete/n richten (wer genau das sein wird, kann erst nach der Landtagswahl im September festgelegt werden).

Seminarnummer E2019/2

## „Wahrnehmen mit allen Sinnen“ – Sensorische Welten und Stadtrundgang Halle (Saale)

**29.10.2019** | 09:00 - 16:30 Uhr

Am Vormittag werden wir die Welt mit anderen Augen sehen. Was passiert, wenn das Augenlicht eines Menschen beschädigt wurde oder er gar erblindet? Im Berufsbildungswerk werden Erwachsene auf dem Weg der Neuorientierung u.a. durch Kennenlernen von Hilfsmitteln und Alltagstraining vorbereitet. Euch erwartet ein vielfältiges Angebot „Rund um das (Nicht-) Sehen“ können.

- ein "unsichtbarer" Spaziergang im audiotaktilen Erfahrungsraum
- Erkundungen an der Tastwand
- Selbsterfahrung unter der Simulationsbrille (Wirkungen von Farbfehlsichtigkeit, optische Täuschungen)

Am Nachmittag geht es mit der Kleinsten Stadtführerin von Halle durch die Altstadt. Gemeinsam bummeln wir mit Hallelore Salzig, der singenden Bauchrednerpuppe, durch Halles Altstadt und staunen über all die Sachen, die aus ihrem rollenden Koffer zum Vorschein kommen.

Seminarnummer S2019/11

## „Leben und arbeiten mit Behinderung“

**07.11.2019** | 09:45 -15:30 Uhr

Jeden Tag begegnen wir Menschen mit verschiedenen Behinderungen. Aber nur selten macht man sich bewusst, wie der Alltag dieser Menschen aussieht. Wie können Sie am gesellschaftlichen Leben teilhaben, gehen sie arbeiten – und wenn ja, wo? Erster Anlaufpunkt des Tages ist die Deutsche Zentralbücherei für Blinde. Wir erhalten Einblick in die Herstellung von Büchern, Print- und Audiomedien für Blinde und sehbehinderte Menschen. Im Anschluss besuchen wir die Werkstatt für Menschen mit Behinderung des CSW. Wir erfahren, welche Möglichkeiten der sinnvollen Beschäftigung für Menschen mit Behinderung dort angeboten werden und lernen nebenbei auch die Einsatzbereiche unserer Freiwilligen vor Ort kennen.

Seminarnummer S2019/16

## **Projekttag F: „Ich bin ja kein Nazi, aber...“ – Basiswissen zu Alltagsdiskriminierung und reaktionär-autoritären Strömungen**

**05.12.2019** | 08:30 – 16:00 Uhr

Wir richten wir den Blick auf die Verbreitung diskriminierender Einstellungen und Handlungen innerhalb unserer Gesellschaft, auf deren Wirkungsweisen und auf Folgen für Betroffene. Besondere Aufmerksamkeit gilt dann der Perspektive von Überlebenden des NSU-Terrors. Anschließend blicken wir auf reaktionär-autoritäre Strömungen, Neonazismus sowie deren Zusammenhänge und Wechselwirkungen mit Alltagsdiskriminierung. Es folgt die konkrete Auseinandersetzung mit Organisationen, Aktionsformen und Wirkungsweisen von reaktionär-autoritären und neonazistischen Ideologien. Es soll sowohl eine Vermittlung von Wissen als auch ein Austausch über eigene Erfahrungen ermöglicht werden.

Referent\*innen: Netzwerk Demokratie und Courage e.V.

Seminarnummer E2019/4

## **„Politik live erleben II – Deutscher Bundestag in Berlin**

**19.12.2019** | 8:00 – spätestens 18:45 Uhr

Wir besuchen den deutschen Bundestag in Berlin. Dort haben wir die Gelegenheit, im Rahmen einer Führung den Plenarsaal sowie die Kuppel des Reichstagsgebäudes zu besichtigen. Anschließend sind wir zu einem Gespräch mit der Leipziger SPD-Bundestagsabgeordneten Daniela Kolbe eingeladen und können dort Fragen zum aktuellen politischen Geschehen stellen. Im Anschluss wird uns noch ein Mittagessen spendiert.

Seminarnummer S2019/17

## **„Es war einmal...“ – Märchen in der kindlichen Entwicklung**

**20.12.2019** | 09:00-16:00 Uhr

Rachsüchtige Hexen, verzauberte Prinzessinnen, sprechende Tiere, magische Ringe und verwunschene Schlösser – in der Welt der Märchen ist alles möglich. Macht euch gemeinsam auf die Suche nach Kindheitserinnerungen, entdeckt das Pädagogische am Märchen und lernt es im Umgang mit Kindern einzusetzen. Neben märchenhafter Stimmung erwarten euch spannende Informationen und ein syrischer Puppenspieler, der euch mit auf eine Reise über das Meer nimmt. Mit Hilfe eines Zauberwürfels bekommt ihr die Gabe, fast 50.000 Märchen selbst zu entwickeln. Viel Spaß beim Entdecken!

Seminarnummer S2020/2

## Konflikte verstehen und souverän (re)agieren

**09.01.2020** | 09:00 – 16:00

Wenn sich Menschen begegnen, entstehen aufgrund unterschiedlicher Bedürfnisse, Interessen und Erwartungen häufig Meinungsverschiedenheiten, Spannungen oder auch Konflikte. Konflikte sind unvermeidlich und gehören sowohl im Berufs- als auch im Privatleben zum Alltag. Auf keinen Fall ist das „Aussitzen“ eine geeignete Methode, Konflikte zu „lösen“. Werden Konflikte aber konstruktiv genutzt, bieten sie durchaus Chancen für positive Veränderung und Entwicklung.

In diesem Seminar könnt Ihr eigene Einstellungen, Erfahrungen und Vorgehensweisen beim Umgang mit Konflikten hinterfragen und analysieren. Ihr lernt verschiedene Konflikttypen und -ursachen kennen und reflektiert Eure eigene Konfliktfähigkeit. Ihr erwehert Eure persönlichen Konfliktlösungs-Strategien und lernt mit Hilfe von Übungen und Selbsterfahrungen, durch klare Kommunikation Euer Verhalten als Konfliktbeteiligter zu verbessern und konstruktive Lösungen zu finden.

Seminarnummer S2020/3

## Praxisreflektion / Besichtigung des BMW-Werks Leipzig

**21.01.2020** | 08:30 – 15:00 Uhr

**Praxisreflexion** - Wie geht es Euch, was erlebt Ihr in Eurer Einsatzstelle? Gibt es schöne Erlebnisse oder auch mal Nachdenkliches zu berichten? Wie geht Ihr mit dem Stress auf Arbeit um und wie wird mit Euch umgegangen? Über dies und mehr werden wir uns austauschen.

Das BMW Group Werk Leipzig ist eine der modernsten und nachhaltigsten Automobilfabriken der Welt. Seit März 2005 entstehen hier BMW Automobile für Kunden in der ganzen Welt. Das Unternehmen setzt neben der klassischen Fahrzeugproduktion in Leipzig auch auf die Produktion von Fahrzeugen mit Elektroantrieb und CFK-Leichtbaukarosserien.

Wir haben die Gelegenheit, bei einer Führung durch das Werk hinter die Kulissen der Fahrzeugproduktion zu schauen.

Seminarnummer S2020/5

## Bildung und Schule im 21. Jahrhundert

**24.01.2020** | 9:00-16:00 Uhr

Die für jedermann zugängliche Schule als Basis des Bildungssystems in Deutschland stellt eine in Jahrhunderten gewachsene Errungenschaft unserer Gesellschaft dar. Und sie entwickelt sich ständig weiter. Aber entwickelt sich die Schule auch in die richtige Richtung? Kritik an unserem Bildungssystem - an seiner Chancenungleichheit, seiner strikten Schulpflicht, überfrachteten Lehrplänen und dem wachsenden Druck auf Schüler - findet immer wieder seinen Weg in die Medien.

Wir suchen gemeinsam nach den Ursachen für die Kritik und überlegen, wie denn die Schule des 21. Jahrhunderts aussehen müsste, damit sie halten kann, was sie verspricht.

Seminarnummer S2020/1

## Fakten statt Populismus – Projekttag zu den Themen Asyl, Integration, Zuwanderung

**27.01.2020** | 09:00-16:00 Uhr

In Diskussionen werden diese Begriffe häufig vermischt. Meinungen darüber werden oftmals auf Basis sehr unvollständiger Informationen gebildet und häufig auf falschen Annahmen begründet. In der Folge begegnen Menschen Geflüchteten mit Vorurteilen.

Hinweis: Dieser Projekttag enthält Bestandteile des Seminars in Colditz. Wer also bereits dort teilgenommen hat sollte sich ein anderes Seminar einwählen.

Seminarnummer E2020/2

## Exkursion

### zur Gedenkstätte für Opfer der Euthanasie in Bernburg

**30.01.2020** | 08:00-16:30 Uhr

Die Exkursion führt euch auf das Gelände des heutigen Fachklinikums Bernburg, wo sich ab 1940 eine der sechs zentralen „Euthanasie“-Anstalten in denen Menschen mit Gas getötet wurden, befand. Mehr als 14.000 kranke und behinderte Menschen sowie Häftlinge aus den Konzentrationslagern Buchenwald, Flossenbürg, Groß-Rosen, Neuengamme, Ravensbrück und Sachsenhausen starben allein in Bernburg. Am Projekttag führt euch ein Rundgang durch die Reste der Vernichtungsanlage. Und ihr werdet euch mit den historischen Ereignissen der NS- Zeit, den Themen der Rassenhygiene vor 1933 und NS-Propaganda, Zwangssterilisation und NS-"Euthanasie und mit Biographien von Opfern und Tätern auseinandersetzen.

Seminarnummer S 2020/4

## „Liebe bekennt Farbe!“ - Sexuelle Identitäten

**25.02.2020** | 9:00 – 15:00 Uhr

Respekt beginnt im Kopf. Mit vielfältigen Methoden im Gepäck kommen junge Schwule, Lesben, Bisexuelle und Transgender, die ehrenamtlich im Verein Rosa Linde arbeiten und bieten durch persönliche Gespräche die Möglichkeit, sich mit dem Thema sexuelle Identität auseinanderzusetzen. Dabei stehen Fragen zu Coming Out, Lebenspartnerschaftsgesetz und Geschlechterrollen ebenso im Mittelpunkt wie Vorurteile und Erfahrungen mit Diskriminierung.

Referent\*innen: Rosa Linde e.V.

Seminarnummer S2020/7

## Schreib- und Druckwerkstatt – Ein Projekttag beim Buchkinder Leipzig e.V.

**23.03.2020** | 09:00 Uhr – 15:00 Uhr

Die Teilnehmenden können sich auf Linoleum kreativ und gestalterisch entfalten. Ob ritzen, zeichnen oder schnitzen der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Wer mit seinem „Druckstock“ zufrieden ist, kann diesen im Anschluss mit selbstgewählter Farbe auf Papier drucken und erhält so sein eigenes Kunstwerk. Ergänzend dazu können mit Feder, Stempel oder Schreibmaschine kurze Geschichten oder Anekdoten hinzugefügt werden.

Seminarnummer S2020/8

## „Gesund bewegen und essen 1“- Rückenschule | Entspannung | Gesunde Ernährung

**24.03.2020** | 08:30 – 15:00 Uhr

Vormittag: Was gehört zu einer gesunden Ernährung? - Tipps und Tricks für den Alltag und gemeinsame Zubereitung einer leckere Mahlzeit

*Referentin:* Klaks e.V. – (KLAKS e.V. widmet sich der Aufklärung, Prävention und Therapie von übergewichtigen und adipösen Kindern, Jugendlichen und deren Familien in Leipzig)

Nachmittag: Rückenschule und Entspannung

Wer hat nicht schon mal über Rückenschmerzen geklagt? In einem kleinen Einführungskurs erhaltet ihr Informationen über die Funktionalität der Wirbelsäule und zur rükkenschonenden Bewegung. Unter Anleitung lernt ihr kleine Übungen kennen, welche sich auch gut in den Alltag integrieren lassen. Zum Abschluss lernt ihr die Progressive Muskelrelaxation, kurz PMR als Entspannungsmethode kennen.

*Referent\*in:* Gesundheitssportverein Leipzig

Achtung: Turnschuhe, Sportsachen und kleines Handtuch mitbringen!!!

Seminarnummer S2020/14

## „Gesund bewegen und essen 2“- Rückenschule | Entspannung | Gesunde Ernährung

**25.03.2020** | 08:30 – 15:00 Uhr

Vormittag: Was gehört zu einer gesunden Ernährung? - Tipps und Tricks für den Alltag und gemeinsame Zubereitung einer leckere Mahlzeit

*Referentin:* Klaks e.V. – (KLAKS e.V. widmet sich der Aufklärung, Prävention und Therapie von übergewichtigen und adipösen Kindern, Jugendlichen und deren Familien in Leipzig)

Nachmittag: Rückenschule und Entspannung

Wer hat nicht schon mal über Rückenschmerzen geklagt? In einem kleinen Einführungskurs erhaltet ihr Informationen über die Funktionalität der Wirbelsäule und zur rükkenschonenden Bewegung. Unter Anleitung lernt ihr kleine Übungen kennen, welche sich auch gut in den Alltag integrieren lassen. Zum Abschluss lernt ihr die Progressive Muskelrelaxation, kurz PMR als Entspannungsmethode kennen.

*Referent\*in:* Gesundheitssportverein Leipzig

Achtung: Turnschuhe, Sportsachen und kleines Handtuch mitbringen!!!

Seminarnummer S2020/15

## Umgang mit Trauer, Tod und Sterben

**25.03.2020** | 9:00-16:00 Uhr

Gerade Freiwilligendienstleistende im Bereich der Seniorenpflege oder im Krankenhaus werden immer wieder auch mit dem Tod der von Ihnen betreuten Menschen konfrontiert. Wir werden an diesem Tag Gelegenheit haben, uns über solche Erlebnisse auszutauschen. Darüber hinaus besuchen wir eine Palliativstation für unheilbar erkrankte Menschen und informieren uns bei einem Bestatter über dessen Arbeit.

Seminarnummer S 2020/9

## „Liebe bekennt Farbe!“ - Sexuelle Identitäten

**20.04.2020** | 09:00 – 15:00 Uhr

Respekt beginnt im Kopf. Mit vielfältigen Methoden im Gepäck kommen junge Schwule, Lesben, Bisexuelle und Transgender, die ehrenamtlich im Verein Rosa Linde arbeiten und bieten durch persönliche Gespräche die Möglichkeit, sich mit dem Thema sexuelle Identität auseinanderzusetzen. Dabei stehen Fragen zu Coming Out, Lebenspartnerschaftsgesetz und Geschlechterrollen ebenso im Mittelpunkt wie Vorurteile und Erfahrungen mit Diskriminierung.

Referent\*innen: Rosa Linde e.V.

Seminarnummer S 2020/ 3

## Exkursion – Gedenkstätte Jugendwerkhof Torgau

**22.04.2020** | 8:45-16:00 Uhr

In Torgau befand sich der einzige Geschlossene Jugendwerkhof der DDR, eine Disziplinierungsanstalt der Jugendhilfe der DDR. Heute befindet sich in dem Gebäude die „Erinnerungs- und Begegnungsstätte im ehemaligen Geschlossenen Jugendwerkhof Torgau“ mit dem Ziel dieses Stück DDR-Geschichte vor dem Vergessen zu bewahren und an das Schicksal der Jugendlichen zu erinnern, die dem Zwang und den Erniedrigungen eines ideologisch geprägten Erziehungssystems ausgeliefert waren.

Während des Besuches der Ausstellung erhaltet ihr Einblick in das System der Jugendhilfe der ehemaligen DDR, mit seinen verschiedenen Einrichtungen sowie in die Geschichte des Geschlossenen Jugendwerkhofes. Im anschließenden Zeitzeugengespräch berichten Betroffene aus ihrem Leben und über ihre Zeit im Jugendwerkhof Torgau.



Seminarnummer S 2020/10

„Was kostet die Welt....“

## Zwei Workshoptage zum Thema Nachhaltigkeit

**06.05.2020** und **07.05.2020** | 9:00 Uhr- 16:00 Uhr

Wir alle wünschen uns ein gutes, besseres Leben. Doch wie ist das machbar, auf einer Erde deren Ressourcen endlich sind? Im Workshop möchten wir uns mit euch auf den Weg nach Lösungsideen machen.

Neben kleineren theoretischen Exkursen werden wir uns mit unseren eigenen Verhaltensweisen auseinandersetzen und bei Exkursionen zu Akteuren aus dem Leipziger Raum lernt ihr alternative Konzepte kennen.

Seminarnummer ÖA2020/1

## Öffentlichkeitsarbeit- Unterstützung auf der Vocation

**06.05.2019** | ca. 08:00 – 15:30 Uhr

Wer schon immer mal eine Messe als Aussteller besuchen wollte und gerne in Kontakt mit anderen Menschen tritt, der hat im Rahmen der Vocation die Möglichkeit dazu. Wir bieten 2 Freiwilligen die Chance, sich an der Seite des Team Freiwilligendienste in Sachen Öffentlichkeitsarbeit auszutesten. Ihr könnt anderen von Eurer Arbeit erzählen und einen Beitrag dazu leisten, den Freiwilligendienst noch etwas bekannter zu machen.

Die Vocation ist eine Messe für Schüler\*innen, welche sich mit Ihrer beruflichen Zukunft beschäftigen und ihre Möglichkeiten kennenlernen wollen. Es gibt konkrete Gesprächs-Termine, so dass das Interesse der Info-Suchenden sehr groß ist.

Seminarnummer ÖA2020/2

## Unterstützung auf der Vocation

**07.05.2019** | ca. 08:00 – 15:30 Uhr

Wer schon immer mal eine Messe als Aussteller besuchen wollte und gerne in Kontakt mit anderen Menschen tritt, der hat im Rahmen der Vocation die Möglichkeit dazu. Wir bieten 2 Freiwilligen die Chance, sich an der Seite des Team Freiwilligendienste in Sachen Öffentlichkeitsarbeit auszutesten. Ihr könnt anderen von Eurer Arbeit erzählen und einen Beitrag dazu leisten, den Freiwilligendienst noch etwas bekannter zu machen.

Die Vocation ist eine Messe für Schüler\*innen, welche sich mit Ihrer beruflichen Zukunft beschäftigen und ihre Möglichkeiten kennenlernen wollen. Es gibt konkrete Gesprächs-Termine, so dass das Interesse der Info-Suchenden sehr groß ist.

Seminarnummer S2020/11

## Upcycling & Do-It-Yourself

**08.05.2020** | 09:00 – 16:00 Uhr

Der Trend zu Selbstgemachtem ist ungebremst. Hierbei geht es nicht nur um bekannte Handarbeitstechniken, sondern auch um Verantwortung für Gegenstände, die bereits produziert wurden aber nun keine Verwendung mehr haben.

Gemeinsam wollen wir uns diesem Trend widmen und auch Alltagsgegenständen neues Leben einhauchen.

Seminarnummer S2020/12

## Leben von und mit der Natur- Kräuterkunde, Feuerkurs und Wildholzwerkstatt

**14.05.2020** | 09:00 Uhr- 15:00 Uhr

„Häh?! Löwenzahn kann man essen? Der ist doch giftig...oder?“ Na, wer erkennt sich wieder?

In diesem Workshop lernen wir einheimische Pflanzen und ihren Nutzen für den Menschen kennen. Mit der Natur- und Wildnispädagogin Heike Bürger begeben wir uns auf einen Streifzug durch den Leipziger Auenwald und lernen Kräuter zu unterscheiden und zu sammeln. Aus diesen bereiten wir eine leckere Suppe oder Pizza über offenem Feuer, welches wir selbst entfachen. Den Tag lassen wir ausklingen, indem wir um das Feuer versammelt aus einheimischen Hölzern brauchbare Gegenstände schnitzen.

Seminarnummer S2020/13

## Seelische Gesundheit

**02.06.2020** | 09:00-15:00 Uhr

Das Projekt "Verrückt? Na und!" macht Mut, den Blick für das Leben zu schärfen. Jeder Mensch durchlebt Krisen und trotzdem bewältigen wir sie sehr unterschiedlich. Warum ticken wir so? Was macht uns stark und was macht uns psychisch krank? Was macht uns glücklich und wie entsteht Glück? Diese und viele andere Fragen werden beantwortet.

Ziel des Vereins „Irrsinnig menschlich e.V.“ ist es, Berührungsängste, Vorurteile und Stigmata abzubauen. Sie wollen Mut machen, über das Thema psychische Erkrankungen zu sprechen.

Referent\*innen: Irrsinnig menschlich e.V.

Seminarnummer S2020/6

## Soziale Ungleichheit

**03.06.2020** | 09:00 – 16:00 Uhr

Die 42 reichsten Menschen der Welt besitzen so viel wie die ärmere Hälfte der Weltbevölkerung – knapp 4 Milliarden Menschen. Und wie ist es in Deutschland? Auch hier nimmt Ungleichheit zu – in vielen Städten wird z.B. Wohnraum zunehmend zu einem Luxus, den sich nur noch Reiche leisten können.

Thematisch verknüpfen wir dabei globale Phänomene von Ungleichheit mit der Situation in Deutschland. Themen sind unter anderem die kolonialen Wurzeln von wirtschaftlicher Ungleichheit zwischen Ländern, die Rolle der kapitalistischen Produktion in der Ungleichverteilung von Geld und die Konsequenzen von Ungleichheit für Gesellschaften. Anknüpfend an die Analyse sozialer Ungleichheit werden Ideen für eine gleichere Wohlstandsverteilung vorgestellt und Organisationen und Initiativen, die sich mit ganz unterschiedlichen Ansätzen für die Reduzierung von Ungleichheit engagieren. (EPIZ e.V.)

### Hinweise:

- Detaillierte Informationen über Zeit, Treffpunkt, Anfahrt und andere wichtige Dinge erhaltet Ihr immer im Vorfeld des Seminars per E-Mail bzw. per Post.