

Weiterbildung für Freiwillige: "Und wie geht es mir?"

30. November 2017, 18:30 Uhr, Dienerstrasse 59, 8004 Zürich
mit Priska Alldis, Fachstelle Flüchtlinge, Caritas Zürich, und Lena Weissinger, stellvertretende Geschäftsleiterin des Solinetz

In unserem freiwilligen Engagement zu erkennen,

- wo unsere eigenen Grenzen in der Konfrontation mit oft ausweglosen Situationen Geflüchteter liegen,
- wo "Einfach da sein" mehr sein kann als aufreibender Aktionismus,
- wo wir Energie und Kraft auftanken, um immer wieder präsent zu sein und nicht alle Verantwortung auf unseren Schultern zu tragen und
- wo wir selbst Unterstützung und offene Ohren anderer brauchen, fällt uns allen nicht immer leicht.

Vor allem, wenn wir uns mitten in einer Situation befinden, die uns fordert und konkrete Lösungen braucht. Zweifel und Fragezeichen, Müdigkeit und Empörung angesichts dessen, was wir erleben, gehören dazu.

Damit wir nicht ausbrennen und den Mut verlieren, brauchen wir alle das richtige "Handwerkszeug" und im schlimmsten Fall auch die "Notbremse", wenn es uns zu viel wird.

An diesem Abend möchten wir alle Freiwilligen daher zu einem Workshop einladen, in dem wir gemeinsam Abläufe durchspielen, unser eigenes Rollen- und Grenzenverständnis klären und zusammen Wege finden, emotional und seelisch im Gleichgewicht zu bleiben.

Anmeldung unter: info@solinetz.ch