

HIER EINIGE ANGEBOTE DES CVJM BAYERN

MONTAGS-SPRECHSTUNDE

Zu allen Fragen rund um die Hilfe für geflüchtete Ukrainer/innen

Jeden Montag von 18.00-19.30 Uhr (außer: 18.04. Ostermontag und 06.06. Pfingstmontag)

Referentin: Karina Tiutiunyk (Theologisch-Pädagogische Referentin, Projektstelle der Evang.-Luth. Kirche in Bayern in Kooperation mit dem CVJM Bayern) & evtl. weitere Gesprächspartner/innen
Die Referentin spricht deutsch und ukrainisch.

Zoom-Link: <https://us02web.zoom.us/j/86274241798?pwd=U1ViSE04cGVGTXUyWXNCMysxYjZTZz09>

ONLINE-SEMINARE

01 // Gemeinsam leben: Stabilisieren und Wohlbefinden verbessern

Online-Seminar für die Arbeit mit geflüchteten Ukrainern/innen

Donnerstag, 28.04.2022, 19.00-21.00 Uhr

Referentin: Karina Tiutiunyk (Theologisch-Pädagogische Referentin, Projektstelle der Evang.-Luth. Kirche in Bayern in Kooperation mit dem CVJM Bayern) & evtl. weitere Referent/innen

Inhalte:

- Was treibt in den Zustand der Hilfslosigkeit?
- Wo lohnt es sich anzusetzen, um aus der Hilfslosigkeit rauszukommen? (Körper, Seele, Geist)
- Tipps und Austausch: Was kann ich tun, um meinem Gegenüber zu helfen, in Deutschland anzukommen und stabiler zu werden?
- Von der Kraft des Selbstmitgefühls
- Unterschwellige Techniken der Stressregulation
- Wie einige Kulturbesonderheiten der Entspannung und der Stressregulation stören und was man dagegen tun kann.

Um 18.45 Uhr wird der Zoom-Raum geöffnet. Danach ist bis 21.30 Uhr noch Zeit für Gespräche und Austausch (nach Bedarf und Wunsch).

Zoom-Link: <https://us02web.zoom.us/j/86274241798?pwd=U1ViSE04cGVGTXUyWXNCMysxYjZTZz09>

Für wen ist das Seminar? haupt- und ehrenamtliche Helfer, Familien, welche Ukrainer/innen aufgenommen haben.

Sprache: Deutsch

02 // Erste Hilfe: Was wichtig ist zu wissen, wenn du ukrainischen Geflüchteten hilfst. (Wiederholung wegen großer Nachfrage vom 21.04.2022)

Online-Seminar für die Arbeit mit geflüchteten Ukrainern/innen

Donnerstag, 05.05.2022, 19.00-21.00 Uhr

Referentin: Karina Tiutiunyk (Theologisch-Pädagogische Referentin, Projektstelle der Evang.-Luth. Kirche in Bayern in Kooperation mit dem CVJM Bayern) & evtl. weitere Referent/innen

Inhalte:

- Kontaktaufnahme: Was ist wichtig, zu berücksichtigen (Grußworte, Tabu, einige Kommunikationsbesonderheiten)
- Kulturunterschieden mit Neugierde und Humor begegnen
- Zusammenwohnen: was Ukrainer und Deutschen voneinander wissen müssen
- Hilfe anbieten – Hilfe nehmen: Einstellungen in Deutschland und in der Ukraine vergleichen.
- Wie ermögliche ich es einer ukrainischen Familie, Hilfe anzunehmen, ohne dass sie sich dabei unwohl fühlen?
- Wie geht es dir? Sensibler Umgang mit ukrainischen Geflüchteten im Alltag

Um 18.45 Uhr wird der Zoom-Raum geöffnet. Danach ist bis 21.30 Uhr noch Zeit für Gespräche und Austausch (nach Bedarf und Wunsch).

Zoom-Link: <https://us02web.zoom.us/j/86274241798?pwd=U1ViSE04cGVGTXUyWXNCMysxYjZTZz09>

Für wen ist das Seminar? haupt- und ehrenamtliche Helfer, Familien, welche Ukrainer/innen aufgenommen haben.

Sprache: Deutsch

03 // Wie fühlt es sich als Migrant/in an, in Deutschland zu sein?

Online-Seminar für die Arbeit mit geflüchteten Ukrainern/innen

Donnerstag, 12.05.2022, 19.00-21.00 Uhr

Referentin: Karina Tiutiunyk (Theologisch-Pädagogische Referentin, Projektstelle der Evang.-Luth. Kirche in Bayern in Kooperation mit dem CVJM Bayern) & Talkrunde mit einigen Migrant/innen, die sich über ihre erste Zeit in Deutschland austauschen

Inhalte:

- Von der Identitäts- und Weltbildkrise bis zum Streit wegen Türen und Wasserhähnen
- Sensibilisierung, wie es geflüchteten Ukrainern/innen im Alltag geht und welche Selbstverständlichkeiten für sie zu unerwarteten Herausforderungen werden

Um 18.45 Uhr wird der Zoom-Raum geöffnet. Danach ist bis 21.30 Uhr noch Zeit für Gespräche und Austausch (nach Bedarf und Wunsch).

Zoom-Link: <https://us02web.zoom.us/j/86274241798?pwd=U1ViSE04cGVGTXUyWXNCMysxYjZTZz09>

Für wen ist das Seminar? haupt- und ehrenamtliche Helfer, Familien, welche Ukrainer/innen aufgenommen haben.

Sprache: Deutsch

04 // Selbstfürsorge beim Helfen: Wie schütze ich mich selbst?

Online-Seminar für die Arbeit mit geflüchteten Ukrainern/innen

Donnerstag, 19.05.2022, 19.00-21.00 Uhr

Referentin: Karina Tiutiunyk (Theologisch-Pädagogische Referentin, Projektstelle der Evang.-Luth. Kirche in Bayern) & evtl. weitere Referent/innen

Inhalte:

- Spannung aushalten: Zwischen Hilfeangeboten und Erwartungen
- Eigene Grenzen kennen und lernen damit umzugehen
- Möglichkeiten der Selbstfürsorge
- Wie schütze ich mich, damit ich von Mutter Theresa zum „Sie sind so anspruchsvoll! Kein Bock mehr!“ nicht umkippe?
- Umgang mit Leid und eigener Nicht-Vollmacht

Um 18.45 Uhr wird der Zoom-Raum geöffnet. Danach ist bis 21.30 Uhr noch Zeit für Gespräche und Austausch (nach Bedarf und Wunsch).

Zoom-Link: <https://us02web.zoom.us/j/86274241798?pwd=U1ViSE04cGVGTXUyWXNCMysxYjZTZz09>

Für wen ist das Seminar? haupt- und ehrenamtliche Helfer, Familien, welche Ukrainer/innen aufgenommen haben.

Sprache: Deutsch

26.5.2022 Christi Himmelfahrt – kein Seminar

05 // Mit Kindern über den Krieg reden (DEUTSCH UND UKRAINISCH!)

Online-Seminar für die Arbeit mit geflüchteten Ukrainern/innen

Donnerstag, 02.06.2022, 19.00-21.00 Uhr

Referentin: Karina Tiutiunyk (Theologisch-Pädagogische Referentin, Projektstelle der Evang.-Luth. Kirche in Bayern in Kooperation mit dem CVJM Bayern) & evtl. weitere Referent/innen

Inhalte:

- Aufmerksam sein: Altersentsprechende Traumareaktionen
- Wie fange ich an, mit dem Kind über Krieg zu reden
- Wie kann ich tun, um Gefühl der Sicherheit bei den Kindern zu stärken.

Um 18.45 Uhr wird der Zoom-Raum geöffnet. Danach ist bis 21.30 Uhr noch Zeit für Gespräche und Austausch (nach Bedarf und Wunsch).

Zoom-Link: <https://us02web.zoom.us/j/86274241798?pwd=U1ViSE04cGVGTXUyWXNcMysxYjZTZz09>

Für wen ist das Seminar? haupt- und ehrenamtliche Helfer, Familien, welche Ukrainer/innen aufgenommen haben, ukrainische Geflüchtete, die mit Kindern nach Deutschland kamen.

Sprache: Deutsch und Ukrainisch