

HERBST- / WINTERPROGRAMM

Virtueller Selbsthilfetreffpunkt

Online-Austausch für Selbsthilfeaktive,
freiwillig Engagierte und alle interessierten Menschen.
Jeden dritten Dienstag im Monat von 16.30 - 18.00 Uhr.
Anmeldung per Mail an stefanie.hossfeld@seko-bayern.de

Dienstag,
19.11.2024

Gruppeninventur zum Kennenlernen - eine Idee für die Planung 2025

Seit Jahren gibt es das Angebot der Gruppeninventur in Bayern, für das wir in vielen anderen Bundesländern beneidet werden. Viele Gruppen, die schon eine Gruppeninventur besucht haben, waren begeistert, denn neue Ideen werden geboren, Entlastung für die Aktiven vereinbart und ganz nebenbei eine neue Stadt kennengelernt.

Aber was wird da eigentlich genau gemacht? Wer begleitet die Gruppeninventur und wie lange dauert sie? Und was ist eine Gruppeninventur dahoam?

Dienstag,
17.12.2024

Eine Geschichte zum Nachdenken und zum Austausch

Heute wollen wir uns gemeinsam eine Geschichte anhören und mithilfe des Kreisgespräches uns anregen lassen, um gemeinsam ins Gespräch zu kommen. So können wir uns intensiv austauschen, eine schöne Geschichte für die Gruppenarbeit kennenlernen und die Regeln des Kreisgespräches kennenlernen.

Welche Geschichte, werden Sie fragen? Ja, soll natürlich eine Überraschung sein!

Dienstag,
21.01.2025

WhatsApp und Co?

Was macht das mit unserer Gruppe?

Messenger-Nachrichten und daraus entstehende Untergruppen sind immer wieder Thema in Selbsthilfegruppen. Da werden neben der offiziellen E-Mail-Einladung über Whatsapp oder Signal und co. zusätzliche Kontakte gepflegt und Informationen ausgetauscht. Und es entwickeln sich Freundschaften, die privat unterwegs sind und sich vielleicht auch über die Gruppe austauschen. Selbsthilfegruppen entwickeln dazu oft eigene Regeln, um zu verhindern, dass sich eine Gruppe in der Gruppe bildet. Doch trotzdem gibt es hier immer wieder Diskussionsbedarf, auch wegen des Themas Datenschutz. Nach einer kurzen Einführung zum Thema ist Zeit für Austausch und Diskussion darüber, wie Gruppen mit diesen Kommunikationswegen umgehen.

Dienstag,
18.02.2025

Störenfriede aus der Gruppe verabschieden

Immer wieder kommt es vor, dass eine Person die Gruppe dominiert und dadurch das Gruppenleben erheblich beeinträchtigt oder sogar ins Wanken bringt. Wie kann und darf eine Gruppe jemanden freundlich gehen lassen – auch gegen seinen Willen?

Anhand von Gruppenregeln und im Austausch können individuelle Lösungen gesucht und entwickelt werden.

Weitere
Infos

Gut zu wissen:

Technische Voraussetzungen sind PC, Laptop oder Tablet mit aktuellem Firefox, Chrome Microsoft Edge Browser; Mikrofon und idealerweise Webcam.

Die Treffen sind kostenfrei, werden nicht aufgezeichnet und finden über die Plattform BigBlueButton über einen von SeKo Bayern eigens gemieteten Server statt (entspricht DSGVO).

Anmeldung per Mail an stefanie.hossfeld@seko-bayern.de