

Der virtuelle Selbsthilfe-Treffpunkt Bayern: Jetzt auch offen für alle freiwillig Engagierten in Bayern!

Der virtuelle Selbsthilfetreffpunkt der SeKo ist im Jahr 2020 aus dem ersten Lockdown heraus entstanden und bietet Engagierten eine gute Möglichkeit, im regelmäßigen Austausch mit anderen Menschen zu sein. Aus der anfänglichen Idee ist inzwischen ein bewährtes, überregionales und themenübergreifendes Format zwischen Selbsthilfeaktiven geworden.

Der virtuelle Selbsthilfe-Treffpunkt findet jeden dritten Dienstag im Monat (außer August) von 16.30 Uhr - 18.00 Uhr statt.

Ab sofort sind auch alle anderen freiwillig Engagierten in Bayern eingeladen!

Viele, die ehrenamtlich engagiert sind, wünschen sich mehr Vernetzung und einen landesweiten Austausch zu interessanten Themen. Der Selbsthilfe-Treffpunkt bietet deshalb jeweils einen kurzen, fachlichen Input und ein an Gespräch per Videokonferenz im geschützten Rahmen.

Unsere nächsten Themen und Termine:

Dienstag, 16. Mai 2023, 16.30 - 18.00 Uhr Gruppentreffen im Freien?

Wie können wir Gruppentreffen draußen
interessant gestalten?
Was gibt es für Möglichkeiten?
Worauf sollen wir achten?

Inhaltlicher Input & Moderation:
Theresa Keidel, SeKo Bayern



Dienstag, 20. Juni 2023, 16.30 - 18.00 Uhr Nachhaltige Veranstaltungen planen und durchführen

Was gibt es für Ideen, um schon geplante
Veranstaltungen nachhaltiger zu gestalten?

Inhaltlicher Input: Danielle Rodarius,
Zentrum für nachhaltige Kommunalentwicklung, RENN.süd /
Landesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement in Bayern,
Moderation: Lilli Sense, SeKo Bayern



Dienstag, 18. Juli 2023, 16.30 - 18.00 Uhr Vogelbeobachtungen als Quelle der inneren Ruhe und Resilienz

Vögel zu beobachten und ihre Stimmen zu hören hat
nachweislich positive Auswirkungen auf unsere
Gesundheit. Wenn wir Vögel bewusst beobachten,
können wir Stress abbauen und unser Immunsystem
wird gestärkt.

Inhaltlicher Input: Dr. Angelika Nelson, LBV Bayern
Moderation: Theresa Keidel, SeKo Bayern



Technische Voraussetzungen:

Sie benötigen ein PC, Laptop oder Tablet mit aktuellem Firefox, Chrome oder Microsoft Edge Browser; Mikrofon; gerne Webcam.

Die Treffen werden nicht aufgezeichnet und finden über die Plattform BigBlueButton auf einem von SeKo Bayern eigens gemieteten Server statt (entspricht DSGVO).

Wenn Sie noch wenig Erfahrung mit Video-Konferenzen haben, können Sie sich bei Stefanie Hoßfeld unter 0931/20781645 telefonisch beraten und unterstützen lassen.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!
Einfach per E-Mail an stefanie.hossfeld@seko-bayern.de