



# Fit für den Einsatz!

## Kompetenzkurs für Freiwillige

Mittwoch, 29. September, 6. / 13. und  
20. Oktober 2021  
jeweils 19.00 bis 21.30 Uhr  
Reformiertes Chilehuus Affoltern a.A.

Kostenlos für Freiwillige, die im Rahmen eines kirchlichen Angebotes  
Menschen, Flüchtlinge oder Familien begleiten (möchten).  
Kosten für übrige Interessierte: Fr. 200.

## Inhalt des Kurses

Möchten Sie etwas freie Zeit für Menschen einsetzen, die aus unterschiedlichen Gründen eine Begleitung wünschen, und dabei Ihre Lebenserfahrung und Ihre Kompetenzen einbringen?

Unser Kompetenzkurs unterstützt Sie in folgenden Themen:

**Teil 1:** Wir setzen uns mit dem Begriff «Helfen» auseinander, klären unsere Rolle und Motivation, befassen uns mit Nähe und Distanz und spüren unseren Grenzen nach.

**Teil 2:** Wir widmen uns den Grundlagen der verbalen und nonverbalen Kommunikation und üben anspruchsvolle Gesprächssituationen.

**Teil 3:** Die Menschen, die Sie in Ihrem Einsatz besuchen und begleiten, haben oft eine schwierige Lebenssituation. Wir fragen nach einem adäquaten Umgang mit Leiden.

**Teil 4:** Zusammen mit den Leiterinnen des Besuchsdiensts, des Ämtler Tandems und des Familienbegleitprogramms «mitenand» bereiten wir uns auf den konkreten Einsatz vor.

## Kursleitung

### Ursula Jarvis

Erwachsenenbildnerin und Sozialdiakonin der reformierten Kirchgemeinde Affoltern a.A.  
Telefon: 043 466 83 23, Mail: [ursula.jarvis@ref-affoltern.ch](mailto:ursula.jarvis@ref-affoltern.ch)

## Information und Anmeldung

### Lucia Sidler

Sozialdiakonin und Soziokulturelle Animatorin der reformierten Kirchgemeinde Affoltern a.A.  
Telefon: 044 552 01 88, Mail: [lucia.sidler@ref-affoltern.ch](mailto:lucia.sidler@ref-affoltern.ch)

**Anmeldung bitte bis 22. September 2021.** Es ist nach Absprache möglich, auch nur einzelne Kursmodule zu besuchen oder noch von früheren Kursen nachzuholen.