

*„Demokratie lebt vom
Ehrenamt.“*

Theodor Heuss

Politik und Gesellschaft

Evangelisches Bildungs- und Tagungszentrum Bad Alexandersbad

Markgrafenstraße 34
95680 Bad Alexandersbad
Tel. 092 32/99 39-0
Fax 092 32/99 39-99

Büro:
Mo. bis Do. von 8.30 bis 12.00 Uhr
und von 14.00 bis 16.00 Uhr
Fr. von 8.30 bis 12.00 Uhr

info@ebz-alexandersbad.de
www.ebz-alexandersbad.de

Sie können sich mit Fax, E-Mail, dieser Karte oder über unsere
Homepage www.ebz-alexandersbad.de anmelden.
Unsere Preise umfassen Vollpension und Seminargebühr.

Titelfoto: pixabay

Engagiert, aber nicht erschöpft

Seminar: Stärkung des Ehrenamts für Aktive aus
Bayern, Sachsen, Thüringen

09.10. bis
11.10.2026



Evangelisches Bildungs-
und Tagungszentrum
Bad Alexandersbad

Das Leben entfalten!

Engagiert, aber nicht erschöpft

Seminar: Stärkung des Ehrenamts für Aktive aus Bayern, Sachsen, Thüringen

Dieses Seminar richtet sich an ehrenamtliche Engagierte aus der Region und darüber hinaus. Im Mittelpunkt stehen praxisnahe Impulse rund um die Herausforderungen und Chancen ehrenamtlicher Arbeit – von Fragen der Organisation und Kommunikation über Nachwuchsgewinnung bis hin zu Aspekten der öffentlichen Präsenz und rechtlichen Orientierung. Ebenso wichtig ist der Blick nach innen: Wie lassen sich persönliche Grenzen wahren, Kraftquellen entdecken und Resilienz stärken? Durch fachliche Anregungen, Austausch und Reflexion eröffnet das Seminar Raum, um das eigene Engagement tragfähig, wirksam und lebendig zu gestalten.

Leitung	Sindy Winker, Fachstelle Demokratie und Partizipation
Referierende	Team des EBZ Bad Alexandersbad
Termin	Fr., 09.10.2026, 18:00 Uhr bis So., 11.10.2026, 13:00 Uhr
Kosten	140,- EUR im EZ; 116,- EUR im DZ

Freitag, 09. Oktober 2026

- bis 18.00 Ankommen & Check-In
18.00 Abendessen
19.00 **Begrüßung mit thematischer Einführung**
20.30 Kennenlernen & Kegeln

Samstag, 10. Oktober 2026

- 8.00 Frühstück
9.00 **Kraftquelle Atem**
mit Michael Crull, Coach für Active
Consciousness Meditation
10.30 Kaffeepause
11.00 **Mein Ehrenamts-Akku**
12.00 Mittagessen
13.00 **Wurzeln & Flügel** (Kreativmodul)
mit Lena Wenz, Juku-Mobil Fichtelgebirge &
Hofer Land e.V.
14.45 Kaffeepause
15.15 **Tu Gutes und sprich darüber -
Öffentlichkeitsarbeit im Ehrenamt**
mit Ehrenamtskoordinatorin Annemarie
Rückert, Paritätischer Wohlfahrtsverband
Oberfranken
18.00 Abendessen
19.30 **Film trifft Ehrenabend - gemeinsam
schauen, gemeinsam diskutieren**

Sonntag, 11. Oktober 2026

- 8.00 Frühstück
8.45 Andacht (optional)
9.00 **Krisen- und Konfliktlösung**
mit Astrid Mayhold, Psychologin der Beratungs-
stelle für Familien mit behinderten Angehörigen,
Paritätischer Wohlfahrtsverband Oberfranken
10.30 Kaffeepause
11.00 **Austausch, Feedback & Abschluss**
12.00 Mittagessen und Ende der Veranstaltung

Ihre Anmeldung

Anmeldung zum Seminar:

Engagiert, aber nicht erschöpft

09. bis 11. Oktober 2026

Evangelisches Bildungszentrum Bad Alexandersbad

Teilnehmerbeitrag:

Einzelzimmer: 140,- EUR

Doppelzimmer: 116,- EUR

Anmeldeschluss: 25. September 2026

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ: **Ort:**

Telefon:

E-Mail:

☐ besondere Hinweise

☐ Doppelzimmer ☐ Einzelzimmer

Mit Ihrer Seminaranmeldung akzeptieren Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Insbesondere auf die Stornobedingungen weisen wir explizit hin. Wir empfehlen den Abschluss einer Seminarversicherung (z. B. www.hansemerkur.de).

Buchung und Information unter:

09232 9939-0 oder auch per E-Mail

info@ebz-alexandersbad.de