

## November 2023



### Workshop: Resilienz im Ehrenamt

**13. November 2023, 17.30 - 19.30 Uhr, VHS (Raum: Kino), kostenfrei**  
Ehrenamtliches Engagement macht Sinn und tut gut. Doch wenn alles zu viel wird, kann es ins Gegenteil umschlagen. Im Workshop werden gemeinsam Strategien erarbeitet, die es im Alltag erleichtern, im inneren Gleichgewicht zu bleiben und die eigenen Grenzen zu erkennen. Eine Veranstaltung des Freiwilligenzentrums mit freundlicher Unterstützung der VHS. [Anmeldung und weitere Informationen.](#)

### Stammtisch Engagierte Stadt am Internationalen Tag des Ehrenamts

**5. Dezember 2023, 17.00 – 19.00 Uhr, Cafeteria Neuburger Kasten**  
Austausch zu Neuigkeiten und Anliegen aus Ihren Vereinen/Einrichtungen – bei Punsch und Weihnachtsgebäck. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung unter [freiwilligenzentrum@ingolstadt.de](mailto:freiwilligenzentrum@ingolstadt.de) oder Tel. (0841) 3 05 28-06.



### Neue Akzeptanzpartner der Bayerischen Ehrenamtskarte

Die Donautherme Ingolstadt ist **neuer** Akzeptanzpartner der Bayerischen Ehrenamtskarte und gewährt 20% Rabatt auf alle Eintrittstarife.

[Weitere Informationen sowie die Liste aller Akzeptanzpartner](#)

### Umfrage: Wie kann das Freiwilligenzentrum Sie in Ihrem Ehrenamt unterstützen?

Im Rahmen des "Netzwerktreffens Engagierte Stadt" sammelte das Freiwilligenzentrum Herausforderungen und Lösungsansätze aus Ingolstadt für die neue Engagementstrategie der Bundesregierung – hier finden Sie den [Bericht](#). Gerne wollen wir heute auch Ihnen die Frage stellen: Wie kann das Freiwilligenzentrum Sie noch besser in Ihrem Ehrenamt unterstützen? Wir freuen uns, wenn Sie dazu bis 15. Dezember unseren Umfragebogen ausfüllen: [Zur Umfrage](#).

### Neue Rubrik auf unserer Website

Unter „[Veranstaltungen für Ehrenamtliche](#)“ bieten wir ab jetzt einen aktuellen Überblick über relevante und interessante Weiterbildungen, Austauschmöglichkeiten und Workshops für Ehrenamtliche. Gerne veröffentlichen wir auch Ihren Veranstaltungshinweis. Voraussetzung ist, dass die Weiterbildung allen Ehrenamtlichen offensteht. Sie brauchen eine bestimmte Weiterbildung für Ihren Verein? Sprechen Sie uns an.

### Broschüre „Voneinander lernen, miteinander gestalten“ - Workshops und Coaching für Initiativen, Vereine und NGOs

Die Broschüre der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt bietet Handreichungen für bedarfsgerechte Workshops für Initiativen/Vereine/ehrenamtliche Teams zu den Herausforderungen

1) Generationenwechsel gestalten, 2) Wie kann sich eine Initiative/ein, Verein erneuern?, 3) Projekte in Großgruppen planen, 4) Ein neues Team zu einer gemeinsamen Vision bringen. [Download.](#)

#### **Newsletter abbestellen:**

Senden Sie eine kurze E-Mail mit dem Hinweis „Newsletter Freiwilligenzentrum abbestellen“ an die E-Mail-Adresse: [freiwilligenzentrum@ingolstadt.de](mailto:freiwilligenzentrum@ingolstadt.de)

#### **Impressum:**

Stadt Ingolstadt, Bürgerhaus - Freiwilligenzentrum, Kreuzstr. 12, 85049 Ingolstadt, Tel. 0841 305-2807