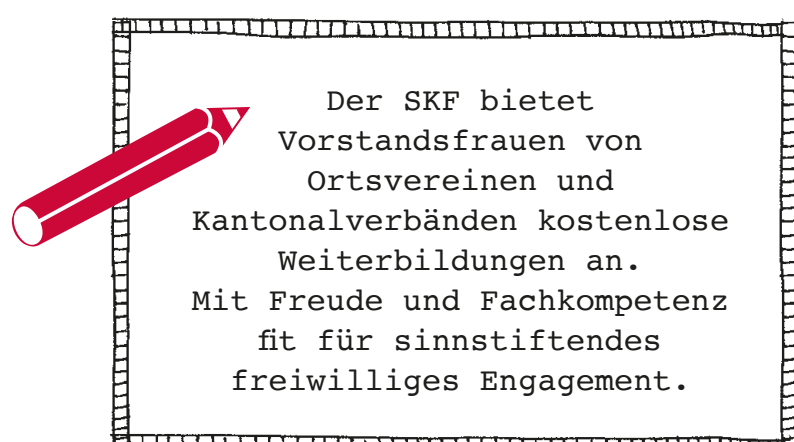




Bildungs Kalender



VEREINSWISSEN

Vereinsführung Basiskurs – planen und organisieren*	13.03.2019	St. Gallen SG	Cornelia Schinzilarz
	21.09.2019	Luzern LU	Brigitte Warth
	13.11.2019	Oensingen SO	Cornelia Schinzilarz
Führungskompetenz – stärken und motivieren*	20.02.2019	Stansstad NW	Cornelia Schinzilarz
	24.05.2019	Gossau SG	Brigitte Warth
	16.11.2019	Zug ZG	Brigitte Warth
Führungshaltung – gestalten und entwickeln*	04.05.2019	Lenzburg AG	Cornelia Schinzilarz
	04.06.2019	Herisau AR	Cornelia Schinzilarz
	26.09.2019	Altdorf UR	Cornelia Schinzilarz
Teammanagement – bewegen und leiten*	29.03.2019	Chur GR	Brigitte Warth
	15.06.2019	Luzern LU	Brigitte Warth
	29.08.2019	Lenzburg AG	Brigitte Warth
Konfliktmanagement – handeln und lösen*	26.01.2019	Brunnen SZ	Brigitte Warth
	03.05.2019	Bern BE	Brigitte Warth
	20.09.2019	Wil SG	Brigitte Warth
Rhetorik – wirksam auftreten*	14.05.2019	Visp VS	Barbara Eppler
	14.09.2019	Weinfelden TG	Barbara Eppler
Vereinsfinanzen – erfolgreich verwalten	17.05.2019	Weinfelden TG	Elsbeth Fischer-Roth
	08.11.2019	Brunnen SZ	Elsbeth Fischer-Roth
Aktuariat – kompetent und speditiv	04.04.2019	Wil SG	Susann Gretener Jegge
	27.09.2019	Sarnen OW	Susann Gretener Jegge
Revision – einfach und effizient (Halbtageskurs)	02.04.2019	Zürich ZH	Mirjam Meyer
	06.11.2019	St. Gallen SG	Mirjam Meyer
Öffentlichkeitsarbeit – was, wie, wo Sinn macht	18.05.2019	Liestal BL	Carmen Frei
	07.09.2019	Uznach SG	Carmen Frei

Kommunikation und Social Media – verstehen, vernetzen und nutzen	01.02.2019	Altdorf UR	Claudia Sedioli Maritz
	05.09.2019	Zürich ZH	Claudia Sedioli Maritz
	22.10.2019	Chur GR	Claudia Sedioli Maritz
Moderieren – leicht gemacht	18.10.2019	Pfäffikon SZ	Claudia Sedioli Maritz
Info(halb)tag für Vorstandsfrauen der Ortsvereine	05.04.2019	Luzern LU	Team Geschäftsstelle SKF
	24.10.2019	Luzern LU	Team Geschäftsstelle SKF

*Modulare Weiterbildung mit SKF-Zertifikat «Führungskompetenz Vereinswesen»

Bei Teilnahme an allen Kursen, die mit einem Sternchen markiert sind, erlangst du das SKF-Zertifikat «Führungskompetenz Vereinswesen». Jeder Kurs dauert einen Tag. Die Kurse können auch unabhängig voneinander besucht werden.

Wenn du nach Abschluss aller sechs Kurse mindestens zwei Jahre Vorstandsarbeit nachweisen kannst, erhältst du das SKF-Zertifikat.

In den sechs Modulen erarbeitest du Kompetenzen und Fähigkeiten, die es dir ermöglichen, einen Verein zielorientiert zu führen. Das Zertifikat bietet einen systematischen Überblick über Kursinhalte und erworbene Kompetenzen. Es kann auch im beruflichen Kontext als Leitungsnachweis verwendet werden.

make up! – Wir machen die Welt schöner

Die Impulse sind Themen für den ganzen Verband. Der Impuls 2017 – 2021 heisst **make up!** und ruft zu einem sinnstiftenden Umgang mit den Fragen unserer Zeit auf. Hinter **make up!** verbirgt sich die Haltung, freiwilliges Engagement mit Begeisterung anzugehen. **make up!** bedeutet bilden, gestalten, erfinden, zusammenbringen, aufholen, ausgleichen, ausdenken, sich versöhnen, sich entscheiden, etwas vermässeln, aufhorchen lassen, es meint «mach ändlich!» – **make up!** – und stupst lustvolles und machtvolleres Wirken an.



Was bedeutet Care?

Care-Arbeit bezeichnet die unbezahlte und bezahlte Betreuungs-, Pflege- und Hausarbeit für Kinder und Erwachsene. Das beinhaltet unter anderem Mahlzeiten zubereiten, Wohnraum putzen, Kleidung waschen, einkaufen, Menschen betreuen und Menschen pflegen. Ein Grossteil der Care-Arbeit wird unbezahlt erbracht, überwiegend von Frauen.

Mit **make up!** Care thematisieren wir die Bedeutung der Sorgearbeit. Wir möchten das Volumen und die Bedeutung von Care-Arbeit sichtbar machen. Es geht darum, alle Männer und Frauen zu würdigen, die Care-Arbeit erbringen und uns für gute Bedingungen einzusetzen, sodass dieser wichtige Dienst am Menschen weiterhin geleistet werden kann.

- Fürsorgearbeit ist kostbar, wie ein Juwel! Ohne Care-Arbeit würde unsere Gesellschaft nicht funktionieren. Jede Minute geleistete Care-Arbeit zählt und ist wertvoll. Auch die SKF-Ortsvereine leisten Care-Arbeit: Ob Besuchsdienste, Kinderbetreuung, Nachbarschaftshilfe, Jassabende für SeniorInnen oder Witwenzmorge – die Fürsorge der SKF-Ortsvereine bereichert das Leben vieler Menschen.
- Mit der Mitmachkampagne «Aktion Care-Tage» fordern wir mehr Anerkennung für die Bedeutung von Care. Ist dein Ortsverein auch ein Care-Juwel? Dann wähle auf www.frauenbund.ch eine von drei Aktionen für deinen Ortsverein aus und sei dabei, wenn die FrauenBande am 8. und 9. März 2019 freiwillige Care-Arbeit öffentlich und sichtbar macht!

«Aktion Care-Tage»

am 8. und 9. März 2019

make up!

make up! Care – zu mir Sorge tragen, wie kann das im Alltag gelingen?	15.03.2019	Weinfelden TG	Regula Blaser
	19.10.2019	Luzern LU	Regula Blaser
make up! Care-Arbeit und Ethik – was ist gerecht?	20.08.2019	Bern BE	Regula Ott
make up! Care – Freiheit im Tun und Sein, Quellen einer Spiritualität der Selbstsorge	28.03.2019	Pfäffikon SZ	Barbara Lehner
	26.10.2019	Basel BS	Antoinette Brem
Altern – aufregend anders	12.11.2019	Appenzell AI	Barbara Lehner
	11.04.2019	Sarnen OW	Carmen Frei
Frauenrituale/Frauengottesdienste	25.09.2019	Lenzburg AG	Carmen Frei
	19.01.2019	St. Gallen SG	Andrea Koster Stadler
make up! Diversity, ich bin fit für die Vielfalt	05.11.2019	Gallen AG	Andrea Koster Stadler
	19.02.2019	Oensingen SO	Sibylle Vogt mit Antonia Fuchs
	19.09.2019	Visp VS	Sibylle Vogt mit Antonia Fuchs

KANTONALE BEAUFTRAGTE

Einführungstag für Kantonalvorstandsfrauen – SKF Geschäftsstelle	15.11.2019	Luzern LU	Beatrice Hausherr und Karin Ottiger
Bildungstag für kantonale Bildungsverantwortliche	15.01.2019	Zürich ZH	Bildung SKF
Praxistag für Coacherinnen	18.06.2019	Zürich ZH	Cornelia Schinzilarz

Die Coacherinnen des SKF reflektieren ihre Einsätze, bilden sich weiter, tauschen Erfahrungen aus und gewinnen neue Anregungen für ihre Arbeit



Vereinsführung Basiskurs – planen und organisieren*

Du lernst die Aufgaben und Pflichten des Vorstandes kennen und erlangst Kompetenzen, die dich souverän und mit Freude in dein neues Amt einsteigen lassen. Du befasst dich mit den vielfältigen Aufgaben der Vereinsführung. Du lernst, Sitzungen und Generalversammlungen strukturiert zu leiten und erarbeitest Wissen zu Statuten und Vereinsrecht.



Führungskompetenz – stärken und motivieren*

Du vertiefst dein Wissen aus dem Basiskurs oder deiner Erfahrung zur Vereinsführung, reflektierst deine eigenen Fähigkeiten und lernst, diese motiviert für dein freiwilliges Engagement zu nutzen. Anhand praxisnaher Beispiele diskutierst du deine Vorstandstätigkeit mit anderen Vorstandsfrauen und erarbeitest kreative Lösungsansätze für die zahlreichen Herausforderungen der Freiwilligenarbeit.



Führungshaltung – gestalten und entwickeln*

Führungshaltung erfordert eine klare Sprache und gekonntes Zuhören. Du lernst das Kommunikationsmodell «Gerechtes Sprechen» kennen und reflektierst dein Führungs- und Rollenverständnis. Durch die Auseinandersetzung mit Fremd- und Selbstmotivation stärkst du deine Selbstkompetenz (Life Balance) und setzt konkrete Ziele für deine Führungstätigkeit.



Teammanagement – bewegen und leiten*

Vereinsarbeit ist Teamarbeit: In diesem Kurs lernst du, die verschiedenen Rollen innerhalb deines Teams wirksam für die Vorstandsarbeit zu nutzen. Du erarbeitest kreative Moderationstechniken. Du reflektierst Teamressourcen und deine eigene Führungsrolle für eine optimale Teamentwicklung im Vorstand.



Konfliktmanagement – handeln und lösen*

Du erlangst theoretische Kenntnisse darüber, was einen Konflikt und seine Ressourcen ausmacht. Du lernst das Konzept des Gefühlsmanagements kennen und erarbeitest Lösungsmöglichkeiten für eine befriedigende Konfliktbewältigung. Im Erfahrungsaustausch reflektierst du Lösungsansätze für verschiedene Arten von Konflikten.



Rhetorik – wirksam auftreten*

Bühne frei! Du lernst, wie du Atmung, Stimme und Körperhaltung beeinflussen kannst, um souverän in der Öffentlichkeit aufzutreten. Du erhältst Tipps für eine klare Aussprache und Betonung. Mit viel Körpereinsatz gelangst du zu selbstsicherem Auftreten, das Freude macht.

Kurse der modularen Weiterbildung «Führungskompetenz Vereinswesen» sind mit einem * markiert.



Vereinsfinanzen – erfolgreich verwalten

Der Kurs bietet eine theoretische Einführung in die Methoden der Buchführung. Nach der Teilnahme verfügst du über die nötigen Kenntnisse, um die Vereinsfinanzen kompetent und verantwortungsvoll zu verwalten. Der Kurs eignet sich auch für Kassierinnen, die ihre Kompetenzen erweitern möchten.



Aktuariat – kompetent und speditiv

Im Vereinswesen sind Protokolle besonders wichtige Dokumente, weil sämtliche Beschlüsse darin festgehalten werden. In diesem Kurs lernst du die rechtlichen Grundlagen kurz und treffend zu formulieren und regelkonform zu protokollieren. Nach der Teilnahme verfügst du zudem über Kompetenzen der systematischen Archivierung und Vereinsdokumentation.



Revision – einfach und effizient (Halbtageskurs)

In diesem halbtägigen Kurs lernen Finanzverantwortliche und Revisorinnen, welche Aufgaben und Unterlagen für die jährliche Vereinsrevision nötig sind.



Öffentlichkeitsarbeit – was, wie, wo Sinn macht

Als Verein in der Öffentlichkeit sichtbar und hörbar zu sein, ist ein grosses Plus. Du setzt dich mit zielgruppenorientierter Kommunikation und wirksamer Medienarbeit auseinander. Du lernst deine Anliegen über Kanäle wie Lokalzeitung, Lokalradio und Lokalfernsehen zu vertreten und dafür das Netzwerk deiner Gemeinde optimal zu nutzen.



Kommunikation und Social Media – verstehen, vernetzen und nutzen

Alle reden von Digitalisierung. Doch was genau ändert sich eigentlich? Was passiert mit unserer Kommunikationskultur – im Alltag, an der Arbeit, in unserer Frauengemeinschaft? Finden wir neu auf Facebook, Twitter & Co unser Publikum? Der Kurs vermittelt einen Eindruck dieses Wandels und zeigt dir, wie du die Vielfalt digitaler Kommunikationsmittel in den bestehenden Kommunikationsmix deines Vereins integrieren kannst.



Moderieren – leicht gemacht

Moderationen gehören zum Vereinsleben, zum Beispiel bei Generalversammlungen, Podiumsdiskussionen oder Gesprächsrunden. Je nach Anlass sind die Aufgabenstellungen unterschiedlich. In diesem Kurs lernst du, souverän und publikumsfreundlich zu moderieren.



Info(halb)tag für Vorstandsfrauen der Ortsvereine

Neu im Vorstand eines Ortsvereins? Gratulation! Du bist nun Teil eines grossen, schweizweiten Netzwerks, das aus über 130'000 Frauen besteht. Am Info(halb)tag des SKF-Dachverbands lernst du die Angebote und Dienstleistungen kennen, die dich in deiner Rolle als Vorstandsfrau unterstützen und begleiten. Komm mit Kolleginnen von anderen Ortsvereinen und der SKF-Geschäftsstelle ins Gespräch über deine Anliegen und Anregungen.

make up! Care – zu mir Sorge tragen, wie kann das im Alltag gelingen?

Unser Alltag konfrontiert uns mit vielfältigen Aufgaben. Den verschiedenen Ansprüchen zu genügen und gut für andere zu sorgen ist uns ein wichtiges Anliegen. Bleibt da genügend Sorge um uns selbst? Dieser Kurs zeigt dir mithilfe vieler praktischer Übungen, wie du dir Zeitinseln schaffen und deine Ressourcen achtsam einsetzen kannst.



make up! Care-Arbeit und Ethik – was ist gerecht?

Welche Tätigkeiten gehören zur Care-Arbeit und wer erledigt diese Arbeit in der Schweiz und weltweit? Wie hoch ist der soziale und wirtschaftliche Wert unbezahlter Care-Arbeit in der Schweiz? Nachdem du Fakten zu Care kennengelernt hast, diskutierst du zudem ethische Fragen zur Verteilung der Care-Arbeit in unserer Gesellschaft.



make up! Care – Freiheit im Tun und Sein, Quellen einer Spiritualität der Selbstsorge

Innere Freiheit heisst, das Leben trotz Furcht, Begrenzungen und fixen Bildern zu wagen. Es bedeutet, sich weder von einer Situation noch von unserem Denken, unserer Angst und unserem Bedürfnis nach Kontrolle beherrschen zu lassen. In uns allen lebt eine wilde Seele, die mehr will als das Vordergründige. Dieser Kurs führt dich auf vier Pfaden zu den Quellen einer Spiritualität der Selbstsorge.

Altern – aufregend anders

Wir leben länger und altern länger. Wie gestaltet sich das Altern in diesem Zusammenhang? In diesem Kurs erarbeitest du theoretisches Wissen und konkrete Handlungsmöglichkeiten für ein aufregend anderes Altern und begibst dich auf die Suche nach Vorbildern für die Gestaltung dieses Lebenszeitraums.



Frauengottesdienste / Frauenrituale

Der Kurs vermittelt Motivation und innere Sicherheit zum Gestalten von Frauengottesdiensten und Ritualen, die unsere Welt ins Gebet nehmen, unsere Herzen berühren und unseren Geist nähren. Du übst den Umgang mit (Bibel)Texten und symbolischen Handlungen und lernst, liturgische Feiern ansprechend zu gestalten.



make up! Diversity, ich bin fit für die Vielfalt

Nicht nur wir als Persönlichkeiten sind sehr vielfältig, sondern auch unser Umfeld. Wie können wir diese Vielfalt in uns und um uns sinnvoll nutzen? Der Kurs ermöglicht die Auseinandersetzung mit der eigenen Biographie und der Vielfalt im Verein. Du erarbeitest Möglichkeiten zum offenen Umgang mit Vielfalt und lernst, wie du mit sich daraus ergebenden Herausforderungen leichter umgehen kannst.

Was sind Holangebote?

Holkurse sind inhaltlich bereits konzipierte Kurs- oder Referatsangebote, die von interessierten Ortsvereinen und Kantonalverbänden kostenlos über die SKF Geschäftsstelle gebucht werden können. Die Referentinnen besuchen euch am gewünschten Ort und passen den Kurs gerne an euer Rahmenprogramm, wie zum Beispiel Generalversammlungen, Präsidentinnen- oder Regionaltreffen an.

Ortsvereine als Arbeitgeberinnen – Spesenentschädigung in der Freiwilligenarbeit

Wer sich freiwillig engagiert, erhält keine Entlohnung. Unkosten, die durch den freiwilligen Einsatz entstehen, sollen jedoch jederzeit zurückerstattet werden. Der Vortrag samt anschliessender Frage- und Austauschrunde zeigt auf, wo die Grenze zwischen Spesenentschädigungen und lohnähnlichen Entgelten liegt und welche rechtlichen Grundlagen bezüglich Spesenreglementen, Lohnausweisen, AHV-Abrechnung und Unfallversicherung zu beachten sind.



Gender – worum geht's?

Gender meint das soziale Geschlecht. Der Begriff hilft zu erkennen, wie wir bereits Kleinkindern beibringen, sich gemäss ihres biologischen Geschlechts zu verhalten. In diesem Kurs lernst du die Bedeutung des Begriffs Gender kennen, Geschlechterverhältnisse kritisch zu hinterfragen und über eine gerechtere Gesellschaft nachzudenken.

Coaching – Standortbestimmung und Beratung von Vereinsvorständen
Ausgebildete Coacherinnen unterstützen die Vereinsvorstände bei Fragen rund um die Vereinsarbeit. Ob bei der Erarbeitung eines neuen Leitbildes oder neuer Statuten, Umstrukturierungsvorhaben oder einer allgemeinen Standortbestimmung. Die Coacherinnen begleiten auch bei leisen und lauten Konflikten im Team und stehen den Freiwilligen beratend zur Seite.



Dossier Freiwillig engagiert – Engagement sichtbar machen

Mit dem DOSSIER FREIWILLIG ENGAGIERT kannst du dein freiwilliges Engagement beispielsweise für den Beruf nutzen. Als Präsidentin eines Ortsvereins kannst du Führungserfahrung nachweisen, als Organisatorin von Veranstaltungen hast du Erfahrungen in Projektmanagement. In diesem Holangebot erfährst du alles über die Handhabung des DOSSIER FREIWILLIG ENGAGIERT.



make up! Flüchtlinge in der Schweiz – Fakten und Informationen zum Asylrecht

Woher und über welchen Weg kommen Flüchtlinge in die Schweiz? Warum beantragen sie in der Schweiz Asyl? Aus welchem Grund wird ihr Gesuch angenommen, respektive abgelehnt? Welche Rechte haben Flüchtlinge? Wie und von wem werden sie unterstützt? Dieses Holangebot klärt Fragen rund um Flucht und Asyl in der Schweiz.



make up! Botschafterinnen

Die Botschafterinnen besuchen die Kantonalverbände oder Ortsvereine und präsentieren, was **make up!** ausmacht. Mit viel Elan und Spass vermitteln sie, wie ihr die **make up!**-Themenschwerpunkte *Mit Flüchtlingen* und *Care* mit Begeisterung in eure Vereinsarbeit integrieren könnt und weshalb diese Themen für unser Frauennetzwerk wichtig sind. Die Botschafterinnenbesuche können auch für Versammlungen oder Veranstaltungen gebucht werden.

Für freiwillig Engagierte des SKF sind die Angebote kostenlos.
Einzelmittglieder der Fr. 100.-,
Nichtmitglieder Fr. 120.-.

Detailinformationen und Anmeldeöglichkeit zu den Kursen findest du auf unserer Website unter www.frauenbund.ch/dienstleistungen/kurse

Für weiterführende Informationen steht dir Antonia Fuchs, Verantwortliche Kurswesen, gerne telefonisch unter +41 (0)41 226 02 24 oder via antonia.fuchs@frauenbund.ch zur Verfügung.

Impressum

Herausgeberin SKF Schweizerischer Katholischer Frauenbund, Postfach 7854, 6000 Luzern 7, Tel. 041 226 02 20, info@frauenbund.ch, www.frauenbund.ch
Redaktion Antonia Fuchs, Sarah Paciarelli
Gestaltung Luisa Grünenfelder, grafikcontainer, Luzern
Piktogramme Luisa Grünenfelder, grafikcontainer, Luzern
Druck Brunner Medien AG, Kriens