



Stadt
Erlangen

LANDKREIS
ERLANGEN-HÖCHSTADT



Integrationslotsinnen der Stadt Erlangen und des Landkreises Erlangen-Höchstadt laden herzlich zu einem Workshop ein.

Stark im Einsatz: Mit Kraft & Balance engagiert bleiben – Erfahrungsaustausch für Ehrenamtliche in der Flüchtlingshilfe

In einem geschützten Raum wird den Ehrenamtlichen die Möglichkeit gegeben, gemeinsam mit anderen freiwillig Engagierten über herausfordernde Situationen aus ihren Einsätzen zu sprechen.

Ziel ist es, Erlebtes achtsam zu verarbeiten und eine gesunde Distanz zu entwickeln, damit die wertvolle Arbeit als ehrenamtlicher Helfer nicht im Alltag belastet.

Die Referentin, Frau Erb von der LAGFA Bayern e.V., wird neben dem praktischen Austausch auch Impulse und Techniken zum Thema Achtsamkeit, Abgrenzung und Resilienz geben, die die Teilnehmer direkt in ihre Tätigkeit integrieren können.

Wann: Montag, 22.09.2025, 18:00 - 20:15 Uhr

**Wo: Landratsamt Erlangen-Höchstadt,
Multifunktionsraum im Erdgeschoss,
Nägelsbachstr. 1, 91052 Erlangen**

Bitte melden Sie sich bis einschließlich Dienstag, den 09. September 2025, per E-Mail an engagiert.integriert@stadt.erlangen.de oder integrationslostin@erlangen-hoechstadt.de an.

Geben Sie bitte auch an, ob ein Parkticket für das Parkhaus im Landratsamt benötigt wird.

