

Leichter NEIN sagen

Wie können wir besser darin werden, uns abzugrenzen?

Wie schaffen wir es im Ehrenamt, die eigenen Prioritäten nicht zu vernachlässigen?

Und warum sollten wir kein schlechtes Gewissen haben, wenn wir eine Bitte ablehnen?

Kurzum: Wie gelingt es uns, leichter NEIN zu sagen?

Wiebke Wimmer ist Impro-SchauspielerIn und Prozessbegleiterin.

Seit vielen Jahren konzipiert sie Workshops und Seminare, die Menschen in ihren Anliegen stärken.

Ihre Herangehensweise ist dabei spielerisch, achtsam und humorvoll.

Tina Friederike Meyer ist Mediatorin und Konfliktmanagerin.

Konflikte gehören zum Alltag, sie lassen uns wachsen und sind Kontaktangebote. Erlebt werden sie meist als belastend und nervig.

Wie aus Konflikten hilfreich aussteigen - das erarbeitet sie in ihren Workshops mit den Teilnehmenden.

Der systemische Blick auf Konflikte wird ebenfalls thematisiert. Denn viele Konflikte haben nichts mit uns zu tun.

In diesem Workshop widmen wir uns dem NEIN mit Haltung - für ein JA zu mehr Klarheit, Wertschätzung und Selbstfürsorge. Die Teilnehmenden lernen im Plenum und in Kleingruppen vielfältige Methoden kennen und haben Gelegenheit, sich zu konkreten Herausforderungen auszutauschen.

Teilnahmebeitrag

Für Seminar, Verpflegung und Unterkunft im Einzelzimmer erheben wir einen Eigenanteil in Höhe von **55,00 €**.

Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt, wir bitten daher um Voranmeldung bei Ihrem örtlichen Betreuungsverein.

Die Bankverbindung zur Überweisung des Teilnahmebeitrags wird Ihnen in der Anmeldebestätigung mitgeteilt. Mit Eingang des Beitrags auf diesem Konto ist Ihre Teilnahme verbindlich.

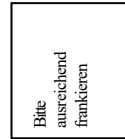
Veranstaltungsort und -zeit

Ort: Hof Grünberg,
24257 Hohenfelde
Beginn: Freitag 07.11.2025, 15.00 Uhr
Ende: Samstag 08.11.2025, 17.00 Uhr

Eine Anfahrtsbeschreibung übersenden wir Ihnen mit der Anmeldebestätigung.

Referentinnen:
Wiebke Wimmer, Impro-SchauspielerIn und Prozessbegleiterin
Tina Friederike Meyer, Inmedio Berlin, Mediatorin (BM) und Konfliktmanagerin

**Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung
(bitte bis zum 01. Oktober 2025)**



Betreuungsverein im Kreis Plön e.V.
Markt 8

24211 Preetz

Leichter „Nein“ sagen

**Konflikte und Abgrenzung
im Ehrenamt**

07.11.-08.11.2025

In Zusammenarbeit von

Gefördert durch:



Ministerium für Justiz und Gesundheit
des Landes Schleswig-Holstein
und den Kreis Plön

**Betreuungsverein
im Kreis Plön e.V.** **Plön**



Kiel Neumünster

Leichter „Nein“ sagen

-

Konflikte und Abgrenzung im Ehrenamt

Freitag, 07. November 2025, 15 Uhr
bis

Samstag, 08. November 2025, 17 Uhr

Name: _____

Straße: _____

PLZ; Ort: _____

Telefon: _____

Mail: _____

Unterschrift

- ☐ Ich bin an einer Fahrgemeinschaft interessiert und damit einverstanden, dass meine Daten an andere Teilnehmende weitergegeben werden.
- ☐ als Fahrer
 - ☐ als Mitfahrer

Wenn Sie noch Fragen haben, können
Sie uns gerne anrufen:

*Betreuungsverein
im Kreis Plön e.V.*

Betreuungsverein
im Kreis Plön
Susanne Kugler
Markt 8
24211 Preetz
T 04342-3088-0
info@btv-ploen.de



Betreuungsverein
Kiel
Sönke Wimmer
Kirchhofallee 25
24103 Kiel
T 0431-55729780
info@btv-kiel.de



Betreuungsverein
Neumünster
Olaf Ohms
Wittorfer Str. 51
24534 Neumünster
T 04321-85378-02
info@btv-nms.de

Einladung zum Seminar

*Betreuungsverein
im Kreis Plön e.V.*



Leichter „Nein“ sagen

-

Konflikte und Abgrenzung im Ehrenamt

Wochenendseminar

Freitag 07. November 2025
bis

Samstag 08. November 2025

Ein Seminar für
ehrenamtliche Betreuer*innen
der Betreuungsvereine
Plön, Kiel und Neumünster