

# Akademie

für Bürgerschaftliches Engagement  
und Gemeinwesenarbeit

Programm Frühjahr/Sommer 2026



# Inhalt



## Orientierung für alle

■ EngagierDich-Woche	4
■ EngagierDich-Bus	4
■ Radgassen-Café	5

## Veranstaltungen für Interessierte und Engagierte

■ Keine Zeit verschenken – Zeit- und Selbstmanagement	5
■ Volle(r) Energie im Ehrenamt – Die eigenen Werte und Bedürfnisse kennen, um nachhaltig geben zu können	6
■ Ehrenamt trotz Ausbildung oder Beruf – wie geht das?	6
■ Engagement zum Frühstück	7
■ Freiwillig engagiert in Ulm – aber wie und wo?	7
■ Gemeinsam unterwegs – Infos zum Patenschaftsprojekt	8
■ Engagementberatung für seheingeschränkte Personen	8
■ Kompass für stürmische Zeiten – Orientierung, Reflexion und Gestaltung beim Übergang vom Beruf in die Rente	9
■ Stammtisch für Engagierte und Interessierte	9
■ Engagementberatung für Menschen, die Deutsch lernen – Deine Möglichkeiten	10
■ Wir gehören alle dazu. Vielfalt in Kinderbüchern und Spielmaterialien	10
■ Vorlesewerkstatt – Geschichten spielerisch erweitern	11

## Veranstaltungen für Vereine, Organisationen und Initiativen

■ Vereinsorgen	12
■ engagiert in ulm besucht Euch	12
■ Neue Wege: Kurzzeit-Engagements im Stadtteil anbieten	13
■ Generationswechsel in der Vereinsarbeit, Mitglieder- und Nachwuchsgewinnung	13
■ FaRBE   Fachkräfte Regional für Bürgerschaftliches Engagement	14
■ Wirkungsvolle Angebote gegen Einsamkeit gestalten und sichtbar machen	14
■ Basiswissen: Spenden, Sponsoring und steuerliche Grundlagen	15
■ Teamspirit-Day	15
■ Jugendengagement in Ulm – Chancen nutzen und Jugendliche einbinden	16
■ Spenden, Sponsoring und Kooperationen – Private Mittel für die gute Sache	17

■ Handwerkszeug für eine gute Moderation von Teams und Gruppen	17
■ »Da kann ja jede:r kommen?!« – inklusives freiwilliges Engagement ermöglichen	18
■ Gesetzesänderungen für Vereine ab 1. Januar 2026	18

## Veranstaltungen von Ulmer Organisationen

### Hospiz Ulm e. V.

■ Letzte Hilfe-Kurs – einander beistehen am Ende des Lebens	19
■ Entspannung und Meditation mit Klangschalen	20
■ Infoveranstaltung für Vorsorge – und Patientenverfügung	20
■ Geht es Dir genauso? Infoveranstaltung für An- und Zugehörige	20
■ Was kann ich tun für einen sterbenden Menschen	21
■ Systemisch denken, systemisch handeln – Impulse für die Hospizarbeit	22
■ Trauer mit Menschen mit geistiger Behinderung	22

### Freiwilligenagentur engagiert in ulm e. V.

■ Ansprechpartner:innen zum Akademie-Programm	23
■ Unterstützung, Kooperation und Organisation	23



Niemand weiß,  
was er kann,  
bis er es probiert hat.“

Publilius Syrus

## Orientierung für alle



Bei den folgenden Veranstaltungen sind die jeweiligen vh-Kursnummern angegeben. Sie erleichtern die **Anmeldung: Gib die Kursnummer einfach bei der Anmeldung an oder trage sie auf der Webseite der vh ulm in die Suchfunktion ein, um direkt zur passenden Kursseite zu gelangen.**



### EngagierDich-Woche

Viele Menschen möchten sich engagieren, wissen aber nicht genau wie oder wo. Die Ulmer EngagierDich-Woche macht es leicht, die passende Möglichkeit zu entdecken: Vereine, Initiativen und Gruppierungen öffnen ihre Türen und laden zu Führungen, Mitmach-Aktionen, Vorträgen, Speed-Datings mit Ansprechpartnern und mehr ein. So lässt sich die Welt des bürgerschaftlichen Engagements in Ulm ganz unverbindlich und praxisnah kennenlernen. Die EngagierDich-Woche wird von der Freiwilligenagentur engagiert in ulm organisiert.

Das vollständige Programm unter:  
[www.engagiert-in-ulm.de/engagierdich-woche](http://www.engagiert-in-ulm.de/engagierdich-woche)

Donnerstag, 23. bis Donnerstag, 30. April 2026  
gebührenfrei  
**Anmeldung teilweise notwendig**

### EngagierDich-Bus



Wer sich für ein Ehrenamt interessiert, kann während der EngagierDich-Woche bei einer speziellen Busfahrt konkrete Einsatzstellen in Ulm kennenlernen. Der EngagierDich-Bus fährt zu fünf verschiedenen Einrichtungen, wo die jeweiligen Engagement-Möglichkeiten anschaulich vorgestellt werden. Pro Einsatzstelle sind vor Ort jeweils 30 Minuten eingeplant, dann geht es weiter zur nächsten.

Das vollständige Programm unter [www.engagiert-in-ulm.de/engagierdich-woche](http://www.engagiert-in-ulm.de/engagierdich-woche)

Samstag, 25. April 2026 | 9.30-13.30 Uhr  
gebührenfrei  
**Anmeldung: bis zum 10. April über**  
[info@engagiert-in-ulm.de](mailto:info@engagiert-in-ulm.de) | 0731 70 88 514

## Radgassen-Café

Die Bürogemeinschaft der Radgasse 8 möchte Dich herzlich zu unserem Engagement-Café einladen. Immer am 2. Donnerstag eines Monats von 16 bis 18 Uhr hast Du in entspannter Atmosphäre Gelegenheit, Dich bei kostenlosem Kaffee und Kuchen über Themen rund um ehrenamtliches Engagement auszutauschen. Du erfährst Genaueres über unsere Organisationen vor Ort oder kannst Dich allgemein über Engagement-Möglichkeiten in Ulm informieren.

Egal, ob Du selbst aktiv werden möchtest oder schon engagiert bist, Du Dich mit anderen austauschen willst oder einfach neugierig auf neue Ideen bist – bei uns ist jede und jeder willkommen!

Wir freuen uns auf anregende Gespräche und eine schöne Zeit mit Dir!

Termine: 12. März | 9. April | 11. Juni | 9. Juli | 13. August  
**Mitglieder der Bürogemeinschaft der Radgasse 8:**  
ADFC Ulm, Alb Donau und Neu-Ulm  
Flüchtlingsrat Ulm/Alb-Donau e. V.  
Freiwilligenagentur engagiert in ulm  
Kulturloge Ulm/Neu-Ulm/Alb-Donau-Kreis e. V.

## Für Interessierte und Engagierte

### Keine Zeit verschenken – Zeit- und Selbstmanagement



In seinem Vortrag begibt sich Sebastian Sollfrank auf die Suche nach den Ursachen des Zeitdrucks moderner Arbeits- und Lebenswelten. Er plädiert dafür, die richtige Balance zwischen fremdbestimmter und selbstbestimmter Zeit zu finden und durch das gezielte Setzen von Prioritäten die Kontrolle über die tägliche Aufgaben- und Informationsflut zurückzugewinnen.

Mit dem Erkennen und Ausschalten von Ablenkungen sowie dem gezielten Einsatz von Pausen gelingt es endlich, sich auf die wirklich wichtigen Dinge zu fokussieren und vom Reagieren zum Agieren zu kommen.

Nach dem Motto »Gut geplant ist halb gewonnen« schlägt er darüber hinaus ein regelmäßiges Zurück- und Nach-vorn-Blicken vor. Das ermöglicht das gezielte Arbeiten am idealen Verhältnis zwischen Spannung und Entspannung sowie dem Erreichen der gesetzten Ziele.

Sebastian Sollfrank | Referent für Marketing und PR  
Montag, 23. März 2026 | 18-19.30 Uhr  
Gebühr: EUR 5,00  
Online über Zoom  
**Anmeldung bis 16. März über [info@vh-ulm.de](mailto:info@vh-ulm.de) |  
0731 15 30 15  
vh-Kursnummer: 26F0701004**

## **Volle(r) Energie im Ehrenamt – Die eigenen Werte und Bedürfnisse kennen, um nachhaltig geben zu können**

---

Du möchtest herausfinden, wie Du Dein Engagement so gestaltest, dass es Dir genauso viel Freude schenkt, wie Du anderen gibst?

In diesem Seminar erfährst Du, was Dich wirklich antreibt, was Dir guttut und wie Du Deine persönlichen Werte als Kraftquelle nutzen kannst. Mit kleinen Reflexionsübungen und inspirierenden Impulsen tankst Du frische Motivation für Dein Engagement. So wird Geben zur Freude – und Dein Einsatz bleibt lebendig und erfüllend.

Svenja Fessler | Coach  
Mittwoch, 22. April 2026 | 18-19 Uhr  
gebührenfrei  
Online über Zoom  
**Anmeldung bis 13. April über [info@vh-ulm.de](mailto:info@vh-ulm.de) |  
0731 15 30 15  
vh-Kursnummer: 26F0701005**

## **Ehrenamt trotz Ausbildung oder Beruf – wie geht das?**

---

Viele Menschen wollen ehrenamtlich aktiv werden, haben aber – neben Ausbildung, Studium oder Berufstätigkeit – wenig freie Zeit zur Verfügung. Genau dafür gibt es unser **kurzundgut**-Angebot für Kurzzeit-Engagements. Diese Einsätze bei verschiedenen gemeinnützigen Organisationen und Stellen in Ulm sind zeitlich eingeschränkt oder auf ein bestimmtes Projekt begrenzt.

Wir von der Freiwilligenagentur »engagiert in ulm« stellen Euch die Kurzzeit-Angebote in unserer Datenbank und in unserer neuen Engagement-App vor.

So könnt Ihr Euch über die verschiedenen Möglichkeiten informieren und schließlich das Ehrenamt finden, das zu Euren Interessen und zu Eurem engen Zeitbudget passt.

Donnerstag, 23. April | 19 Uhr  
gebührenfrei  
Online über Zoom  
**Anmeldung bis 18. April über [info@engagiert-in-ulm.de](mailto:info@engagiert-in-ulm.de)  
0731 70 88 514  
vh-Kursnummer: 26F0701006**

## **Engagement zum Frühstück**

---

Du bist neu im Ruhestand oder schon länger verrentet und möchtest Deine Zeit sinnvoll gestalten, neue Menschen kennenlernen und mit Deinem Wissen und Deinen Erfahrungen etwas bewegen? Dann bist Du bei unserem »Engagement zum Frühstück« genau richtig.

In entspannter Atmosphäre bei Butterbrezel, Kaffee und Tee zeigen wir Dir, welche vielfältigen Möglichkeiten es gibt, Dich in dieser neuen Lebensphase einzubringen. Ob regelmäßig oder ganz flexibel: Gemeinsam entdecken wir, was zu Deinen Interessen, Erfahrungen und zeitlichen Vorstellungen passt.

Du erhältst einen Überblick über konkrete Engagementmöglichkeiten in Ulm, kannst Fragen stellen und Dich persönlich beraten lassen. Vielleicht ist genau das der richtige Moment, etwas Neues zu beginnen.

Dienstag, 28. April | 9.30-11 Uhr  
gebührenfrei  
engagiert in ulm | Radgasse 8, 89073 Ulm  
**Anmeldung bis 21. April über [info@engagiert-in-ulm.de](mailto:info@engagiert-in-ulm.de)  
0731 70 88 514  
vh-Kursnummer: 26F0701007**

## **Freiwillig engagiert in Ulm – aber wie und wo?**

---

Möchtest Du Dich in Ulm freiwillig engagieren? Es gibt viele Möglichkeiten, aktiv zu werden! In Ulm findest Du zahlreiche Einrichtungen, Vereine und Gruppen mit vielfältigen Angeboten.

Die Freiwilligenagentur engagiert in ulm ist die zentrale Stelle, wo diese Informationen zusammenlaufen. Dabei werden alle gesellschaftlichen Themen abgedeckt, vom Schutz von Umwelt und Tieren über Kultur bis zu Senioren und Kindern.

An diesem Abend schauen wir gemeinsam auf Deine Interessen und Fähigkeiten. Wir helfen Dir, Deine Ziele und Erwartungen zu klären. Komm vorbei und entdecke, wie Du Dich in Ulm

einbringen kannst. Wir freuen uns auf Dich.

Dienstag, 28. April | 18 -19:30 Uhr

gebührenfrei

engagiert in ulm | Radgasse 8, 89073 Ulm

Anmeldung bis 21. April über [info@engagiert-in-ulm.de](mailto:info@engagiert-in-ulm.de)  
0731 70 88 514

vh-Kursnummer: 26F0701008

## **Gemeinsam unterwegs – Infos zum Patenschaftsprojekt**

---

Bei unserem Info-Spaziergang zu den Patenschaftsprojekten »Willkommen in Ulm« und »Frauen treffen Frauen« kannst Du das Projekt direkt erleben und Menschen kennenlernen, die bereits als Pat:innen aktiv sind. Beim gemeinsamen Spaziergang mit bestehenden Patenschafts-Tandems bekommst Du interessante Einblicke, wie das Projekt funktioniert: Je ein:e Ulmer:in und eine internationale Person lernen sich kennen und unterstützen sich gegenseitig. Sie erkunden z.B. zusammen Ulm, gehen Kaffee trinken, erleben gemeinsam Kultur oder treiben Sport.

Dabei erfahren die Patenpaare viele spannende Dinge über andere Kulturen und die internationale Person verbessert ganz nebenbei die deutschen Sprachkenntnisse. So lernt jede:r etwas von der anderen Person.

Im Anschluss an den Spaziergang kehren wir gemeinsam in ein Café ein.

Mittwoch, 29. April 2026 | 17-18.30 Uhr

gebührenfrei

Treffpunkt engagiert in ulm | Radgasse 8, 89073 Ulm

Anmeldung bis 22. April über [info@engagiert-in-ulm.de](mailto:info@engagiert-in-ulm.de)  
0731 70 88 514

vh-Kursnummer: 26F0701009

## **Engagementberatung für seheingeschränkte Personen**

---

Wir von der Freiwilligenagentur engagiert in ulm sind zu Gast beim Stammtisch der Bezirksgruppe Alb-Donau-Riss des Blinden- und Sehbehindertenverbands Württemberg e. V.

Wir informieren darüber, wie und wo Du Dich in Ulm mit Seheinschränkung freiwillig engagieren kannst. Du lernst Organisationen und Vereine mit passenden Angeboten kennen und erfährst, bei welchen Projekten Du Dich aktiv einbringen kannst.

Außerdem wird an diesem Tag eine seheingeschränkte Person von ihren persönlichen Erfahrungen als Engagierte berichten.

Mittwoch, 6. Mai 2026 | ab 14.30 Uhr

gebührenfrei

Gaststätte Ulmer Spatz, Münsterplatz 27, 89073 Ulm

ohne Anmeldung

vh-Kursnummer: 26F0701010

## **Kompass für stürmische Zeiten Orientierung, Reflexion und Gestaltung beim Übergang vom Beruf in die Rente**

---

Den Übergang zwischen Berufsleben und Ruhestand empfinden viele Menschen als großen Einschnitt. Bei den einen überwiegt die Vorfreude auf die freie Zeit, bei den anderen die Angst vor dem Alter. Mit diesem Seminar möchten wir Euch Orientierung bieten für den Übergang in die neue Lebensphase. Gemeinsam mit Euch möchten wir herausfinden, welche Wege und Aussichten sich Euch bieten.

Neben einer Standort- und Zielbestimmung sind verschiedene Möglichkeiten der Neuorientierung sowie die Chancen und Herausforderungen des Alters Inhalte der Veranstaltung. Ziel ist es, Euch einen Kompass an die Hand zu geben, der Euch sicher durch die Übergangsphase führt.

Dr. Markus Marquard und Team | Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung der Universität Ulm (ZAWiW)

freitags, 22. Mai und 5. Juni 2026 | 14.30 bis 17.30 Uhr  
gebührenfrei

Villa Eberhardt | Heidenheimer Straße 80, 89075 Ulm

Anmeldung bis 11. Mai über [info@zawiw.de](mailto:info@zawiw.de) oder  
0731 50 26 601

## **Stammtisch für Engagierte und Interessierte**

---

Wir von der Freiwilligenagentur wollen gemeinsam ins Gespräch kommen mit den engagierten Menschen in Ulm. Wir berichten über neue Entwicklungen und Themen aus der Welt des Engagements. Danach können sich die Engagierten über ihre Erfahrungen austauschen und neue Kontakte knüpfen.

Larissa Heusohn und Maïke Munz | engagiert in ulm

Dienstag, 16. Juni | 18-20 Uhr

gebührenfrei

engagiert in ulm | Radgasse 8, 89073 Ulm

Anmeldung bis jeweils eine Woche vorher über  
info@engagiert-in-ulm.de | 0731 70 88 514  
vh-Kursnummer: 26F0701012

## **Engagementberatung für Menschen, die Deutsch lernen – Deine Möglichkeiten**

Auch wenn Du noch nicht perfekt Deutsch sprichst, kannst Du in Ulm viel Gutes tun! Es gibt zahlreiche Orte und Einrichtungen, wo Du Dich freiwillig engagieren kannst. Dabei kannst Du neue Menschen kennenlernen, Deine Fähigkeiten einbringen und Teil der Gemeinschaft werden.

Wir stellen Dir Einsatzorte vor, geben Tipps und erklären Dir, wo es Hilfe und Unterstützung gibt.

Larissa Heusohn, Maïke Munz | engagiert in ulm  
Dienstag, 23. Juni | 18-19.30 Uhr  
gebührenfrei  
engagiert in ulm | Radgasse 8, 89073 Ulm  
**Anmeldung bis 16. Juni über info@engagiert-in-ulm.de  
0731 70 88 514  
vh-Kursnummer 26H0701013**

## **Wir gehören alle dazu. Vielfalt in Kinderbüchern und Spielmaterialien**

Kinderbücher vermitteln Wissen, Werte, Menschen- und (Welt-)Bilder, ermutigen zum Handeln und ermöglichen Identifikation. Viele Kinderbücher enthalten jedoch stereotype, diskriminierende Darstellungen und Abwertungen und sind darauf ausgerichtet, bestehende weiße Dominanz zu sichern.

Mit dem Blick auf eine vorurteilsbewusste und diskriminierungssensible Bildungs- und Erziehungsarbeit sind wir als Eltern, Großeltern, Vorleser:innen oder Pädagog:innen eingeladen, unser eigenes »Bild von Welt« zu reflektieren und andererseits einen kritischen Blick auf die Kinderbücher zu werfen, die wir vorlesen, und auch auf die Spielmaterialien.

Karin Wirnsberger | Bildungsreferentin für Globales Lernen und BNE  
Freitag, 26. Juni | 15 bis 16.30 Uhr  
gebührenfrei  
Bürgeragentur ZEBRA e. V. | Radgasse 8, 89073 Ulm  
**Anmeldung bis 12. Juni über  
abenteuer-lesen@zebra-ulm.de  
vh-Kursnummer 26H0701014**

## **Vorlesewerkstatt – Geschichten spielerisch erweitern**

In diesem Workshop entdecken wir spielerisch neue Wege des Vorlesens. Gemeinsam gehen wir der Frage nach, wie Geschichten durch Stimme, Körper, Bewegung oder sogar kleine Requisiten lebendig werden können.

Im Mittelpunkt steht die Freude am Entdecken und Gestalten. Wir schlüpfen in verschiedene Rollen, variieren Sprechweisen und erweitern das Vorlesen durch Geräusche oder den Einsatz von Gegenständen. Auch ungewöhnliche Formen des Vorlesens und Präsentierens eines Buches finden hier Platz. Welche kleinen Kostüme, Bewegungen oder Requisiten lassen eine Geschichte aufblühen? Darf es auch einmal »albern« sein, um die Aufmerksamkeit der Kinder zu fesseln – mit lustigen Stimmen, überraschenden Fragen oder witzigen Wiederholungen?

Es gibt unzählige Möglichkeiten, ein Buch vorzulesen. Gemeinsam lernen wir einige davon kennen und finden heraus, was uns – und damit auch den Kindern – besonders Freude bereitet.

Bitte bring Deine Lieblingsvorlesebücher mit, damit wir sie gemeinsam neu erleben können. (Falls Du keines zur Hand hast, steht selbstverständlich auch eine Auswahl aus der Bibliothek bereit.)

Sara Hartmann | JUB – Junge Ulmer Bühne gGmbH  
Freitag, 10. Juli | 14-18 Uhr  
gebührenfrei  
Der Workshop findet im KUH16, der Probebühne der Jungen Ulmer Bühne, statt. Bring gerne bequeme Socken mit. In unserem Probenraum ist Schuhverbot.  
Probebühne KUH 16 | Unterer Kuhberg 16, 89077 Ulm  
**Anmeldung bis 29. Juni über abenteuer-lesen@zebra-ulm.de  
vh-Kursnummer 26F0701015**



## Vereinsorgen

Immer wieder gibt es die unterschiedlichsten Probleme bei der Gestaltung des Vereinslebens.

Deshalb bieten wir in Ergänzung zu den Basisseminaren eine weitere Möglichkeit, sich bei Vereinsorgen kundig zu machen.

Hier geht es nicht um den Verein im Allgemeinen, sondern um die ganz besonderen Bedürfnisse innerhalb eines Vereins.

Karl Sommer | Vereinsexperte  
jeden dritten Donnerstag im Monat  
jeweils ab 16 Uhr  
gebührenfrei

engagiert in ulm | Radgasse 8, 89073 Ulm  
**Anmeldung bis jeweils eine Woche vorher über**  
[info@engagiert-in-ulm.de](mailto:info@engagiert-in-ulm.de) | 0731 70 88 514  
vh-Kursnummer: 25F0701016

## engagiert in ulm besucht Euch

Wir von der Freiwilligenagentur engagiert in ulm kommen gern vorbei – mit offenen Ohren, Ideen und dem Blick von außen. Gemeinsam tauschen wir uns aus, was Euer Engagement vielleicht noch ein Stück leichter, sichtbarer oder wirkungsvoller machen kann.

Was wir mitbringen:

- Interesse an Eurer Arbeit und Euren Erfahrungen
- einen Blick auf Eure Engagementpraxis – ganz ohne Bewertung
- Ideen zur Gewinnung, Begleitung und Anerkennung von Freiwilligen
- und konkrete Möglichkeiten, wie wir Euch als Freiwilligenagentur unterstützen

Termin auf Anfrage  
gebührenfrei  
**Anmeldung unter [info@engagiert-in-ulm.de](mailto:info@engagiert-in-ulm.de) oder**  
**0731 70 88 555**

## Neue Wege: Kurzzeit-Engagements im Stadtteil anbieten Kurz-Seminar für Ulmer Organisationen

Immer mehr Menschen möchten sich unverbindlich, lokal und zeitlich begrenzt engagieren. Kurzzeit-Engagements bieten Organisationen die Chance, neue Freiwillige zu erreichen und Projekte flexibel umzusetzen.

In diesem Kurz-Seminar erfahrt Ihr:

- Warum Kurzzeit-Engagements sinnvoll sind und wie sie Stadtteile stärken
- Wie ein gutes Kurzzeit-Engagements aussieht: klar, attraktiv und realistisch
- Eine konkrete Anleitung, wie Ihr euer Angebot in der neuen Kurzzeit-Engagements App (Start ab 15. April) einstellt

Zum diesem Thema bieten wir drei verschiedenen Formate an:

- **Individuelle Kurz-Beratung zur Mittagszeit, nach Anfrage**
- **Gemeinsam Kurzzeit-Engagement-Ideen schmieden – bei Butterbrezel und Kaffee**  
Dienstag, 17. März | 9-10.30 Uhr  
engagiert in ulm | Radgasse 8, 89073 Ulm
- **Gemeinsam Kurzzeit-Engagement-Ideen schmieden – bei Drinks und Käse**  
Dienstag, 24. März | 18-19.30 Uhr  
engagiert in ulm | Radgasse 8, 89073 Ulm

gebührenfrei

**Anmeldung unter [info@engagiert-in-ulm.de](mailto:info@engagiert-in-ulm.de) oder**  
**0731 70 88 555**

## Generationswechsel in der Vereinsarbeit, Mitglieder- und Nachwuchsgewinnung

Viele Vereine sind nach 1990 gegründet worden und stehen heute vor einem tiefgreifenden Generationenwechsel. Die alten Vorstände mit mehr als 20 Stunden Arbeitszeit in der Woche gehören der Vergangenheit an.

Das neue Ehrenamt ist kürzer, projektbezogen und die Besetzung von Vorstandsposten wird immer schwieriger. Im Online-Seminar wird es um Strategien gehen, wie der Generationenwechsel gelingen kann. Bringt auch Eure Erfahrungen mit ein, gerne diskutieren wir darüber.  
Inhalte:

- Strategien für mehr Ehrenamt im Verein
- Zielgruppen für Ämter
- Einbindung jüngerer Zielgruppen

Matthias Daberstiel | Fundraising-Experte und  
Herausgeber des Fundraising-Magazins  
Montag, 13. April 2026 | 18-19.30 Uhr  
Gebühr: EUR 5,00  
online über Zoom  
**Anmeldung: info@vh-ulm.de | 0731 15 3015**  
vh-Kursnummer 26F0701029

## **FaRBE | Fachkräfte Regional für Bürgerschaftliches Engagement**

Das Forum bietet hauptamtlichen Mitarbeiter:innen die Möglichkeit, sich über neue Entwicklungen im Bürgerschaftlichen Engagement zu informieren und sich über eigene Erfahrungen auszutauschen.

Dienstags, 14. April | 14. Juli  
jeweils 9-11 Uhr  
EinsteinHaus | Kornhausplatz 5, 89073 Ulm  
Themenschwerpunkt für April: Einfach mal machen –  
Wie Kurzzeitengagement Türen öffnen kann  
**Anmeldung: info@engagiert-in-ulm.de | 0731 7088514**

## **Wirkungsvolle Angebote gegen Einsamkeit gestalten und sichtbar machen**

Einsamkeit ist mehr als die »neue soziale Frage unserer Zeit« oder das »Modewort bei Förderanträgen«. Sie betrifft Millionen von Menschen in Deutschland – von Jugendlichen bis hin zu Best Ager. Viele Organisationen beschäftigen sich aktuell mit diesem Thema und gestalten Angebote für mehr soziale Verbundenheit. Jeder Schritt gegen Einsamkeit ist ein wertvoller Beitrag zur Gesundheitsvorsorge und Stärkung des demokratischen Zusammenhalts.

Doch was macht ein gelungenes Angebot aus?  
Was hilft tatsächlich?

Wie können die Menschen erreicht werden, die sich im Stillen zurückziehen?

Dieser kompakte Fach-Workshop (ca. 2,5 Stunden) bietet Organisationen eine datengestützte Orientierung. Wir beleuchten die aktuelle Situation in Deutschland, identifizieren die am stärksten gefährdeten Zielgruppen und analysieren, welche Interventionsformen laut Wissenschaft die größte Hebelwirkung haben.

Im zweiten, interaktiven Teil nehmen wir gemeinsam Eure Angebote unter die Lupe. Der Fokus liegt dabei auf Niederschwelligkeit, Partizipa-

tion und Wirksamkeit. Ihr verlasst den Workshop mit einer Liste konkreter und machbarer Handlungsvorschläge, um Eure Angebote effektiver und sichtbarer zu machen.

Tudorița Griga | engagiert in ulm  
Dienstag, 5. Mai | 15-17.30 Uhr  
gebührenfrei  
m25 | Münsterplatz 25, 89073 Ulm  
**Anmeldung bis 28. April über info@engagiert-in-ulm.de**  
0731 70 88 514  
vh-Kursnummer 26F0701021

## **Basiswissen: Spenden, Sponsoring und steuerliche Grundlagen**

Spenden und Sponsoring sind für viele Vereine unverzichtbar. Doch wie werden Spendenbescheinigungen korrekt ausgestellt? Was unterscheidet eine Spende rechtlich von Sponsoring? Und worauf müsst Ihr achten, damit steuerlich alles sauber abgewickelt wird?

In diesem Seminar erhaltet Ihr einen verständlichen Überblick über die wichtigsten rechtlichen und steuerlichen Grundlagen. Ihr erfahrt, wie Ihr Spendenbescheinigungen korrekt ausstellt, Sponsoringvereinbarungen rechtssicher gestaltet und typische Fehler vermeidet. Praxisnahe Beispiele und Raum für Fragen unterstützen Euch dabei, mehr Sicherheit im Vereinsalltag zu gewinnen.

Karl Sommer | Vereinsexperte  
Donnerstag, 7. Mai | 18-20 Uhr  
Gebühr: EUR 5,00  
Radgasse 8, 89073 Ulm  
**Anmeldung bis 30. April über info@vh-ulm.de |**  
0731 15 3015  
vh-Kursnummer 26F0701022

## **Teamspirit-Day**

Vereinsarbeit lebt von Engagement, Ideenvielfalt und unterschiedlichen Persönlichkeiten. Gerade wenn neue Strukturen entstehen oder verschiedene Interessen aufeinandertreffen, braucht es ein stabiles Fundament für eine konstruktive Zusammenarbeit.

Dieser eintägige Workshop richtet sich an Aktive aus Vereinen, Stadtteilinitiativen und weiteren engagierten Gruppen, die ihre Teamarbeit bewusst weiterentwickeln möchten.

Du beschäftigst Dich mit zentralen Fragen ge-

lingender Zusammenarbeit:

- Was zeichnet gute Teamarbeit aus?
- Wie gelingt Kommunikation auf Augenhöhe trotz unterschiedlicher Meinungen?
- Wie kann mit Widerstand konstruktiv umgegangen und tragfähiger Konsens für gemeinsame Ziele gefunden werden?

Durch praktische Teamübungen und gemeinsame Reflexion werden Dynamiken sichtbar und verständlich. Du erhältst konkrete Werkzeuge für klare Absprachen, souveränen Umgang mit herausfordernden Situationen und verbindliche Umsetzung im Alltag. Ziel ist es, Zusammenarbeit bewusster zu gestalten und die gemeinsame Wirksamkeit im Verein nachhaltig zu stärken.

Jürgen Frasch, | Dipl. Ing. (FH), Geschäftsführer | e.a.s.i.  
Leadership Academy GmbH  
Samstag, 9. Mai | 9-17 Uhr inkl. Pausen  
Gebühr: EUR 15,00  
EinsteinHaus | Kornhausplatz 5, 89073 Ulm | Seminarraum 7  
**Anmeldung bis 27. April über [info@vh-ulm.de](mailto:info@vh-ulm.de) |  
0731 15 3015  
vh-Kursnummer 26F0701023**

## **Jugendengagement in Ulm – Chancen nutzen und Jugendliche einbinden**

Jugendliche sind motiviert, neugierig und bereit, Verantwortung zu übernehmen. Für Organisationen in Ulm bietet sich die Chance, junge Menschen frühzeitig ins Engagement einzubinden und von ihren Ideen und ihrer Energie zu profitieren.

Bei dieser Veranstaltung erfahrt Ihr:

- Warum Jugendengagement so wichtig ist – für die Jugendlichen selbst, für Eure Organisation und für die Stadtgesellschaft
- Wie Ulmer Organisationen Jugendliche unterstützen können
- Vorstellung »Aktives Schuljahr« – Jugendliche ab der 8. Klasse können 50 Stunden außerhalb der Schule aktiv mitarbeiten

Nutzt die Gelegenheit, Euch zu informieren, zu vernetzen und konkrete Schritte zu planen, um Jugendliche in Eure Projekte einzubinden.

Maike Munz | engagiert in ulm  
Dienstag, 12. Mai | 14-15 Uhr | online über Zoom  
Dienstag, 12. Mai, 18-19 Uhr | Radgasse 8, 89073 Ulm  
gebührenfrei  
**Anmeldung über [info@engagiert-in-ulm.de](mailto:info@engagiert-in-ulm.de) |  
0731 70 88 514  
vh-Kursnummer 26F0701024**

## **Spenden, Sponsoring und Kooperationen – Private Mittel für die gute Sache.**

Vereine befinden sich immer mehr im Wettbewerb um Fördermittel. Dabei hat ein Antrag so seine Tücken, denn er gibt dem Verein keine inhaltliche Unabhängigkeit. Mit Spenden oder Unternehmenskooperationen ist das etwas anderes. Hier wird auf Augenhöhe gesprochen und die Mittel sind meist sogar zweckfrei. Wie eine gute Ansprache gelingt, die Spendenbitte richtig formuliert ist, welche Ideen es gibt und worauf man generell achten sollte, behandelt dieses kompakte Webinar, in dem genug Zeit für Eure individuellen Fragen bleibt.

Matthias Daberstiel | Fundraising-Experte und Herausgeber des Fundraising-Magazins  
Montag, 18. Mai | 18-19.30 Uhr  
Gebühr: EUR 5,00  
Online über Zoom  
**Anmeldung bis 11. Mai über [info@vh-ulm.de](mailto:info@vh-ulm.de) |  
0731 15 30 15  
vh-Kursnummer 26F0701025**

## **Handwerkszeug für eine gute Moderation von Teams und Gruppen**

Wie leite ich, moderiere ich, eine bestehende und/oder eine zusammengewürfelte Gruppe gut?

D.h.: wie gelingt es mir, die Gesprächsführung so zu gestalten, dass ich Alle im Boot habe, sich möglichst Viele angesprochen fühlen,- was kann ich tun, um Vielredner zu bremsen, wie vermeide ich Eskalationen in Diskussionen, wie behalte ich den roten Faden und den Sinn und das Ziel unserer Zusammenkunft im Auge? Wie moderiere ich, wenn Teilnehmer polemisch werden, unsachlich oder aggressiv?

Sie erhalten einen kleinen aber hoffentlich hilfreichen, nützlichen Leitfaden. Diesen stelle ich Ihnen vor. gerne wenden wir ihn gleich an auf konkrete Situationen in Ihren Vereins-Versammlungen oder in den Stadtteil-Foren.

Sylvia Keller-Kropp | Coaching – Supervision – Training  
Donnerstag, 21. Mai | 18.30-20.30 Uhr  
Gebühr: EUR 5,00  
EinsteinHaus | Kornhausplatz 5, 89073 Ulm | Seminarraum 7  
**Anmeldung bis 11. Mai über [info@vh-ulm.de](mailto:info@vh-ulm.de) |  
0731 15 30 15  
vh-Kursnummer 26F0701026**

## »Da kann ja jede:r kommen?!« – inklusives freiwilliges Engagement ermöglichen

Inklusives freiwilliges Engagement zu ermöglichen bedeutet: einen Perspektivwechsel vornehmen und Menschen mit Behinderungen als Handelnde im freiwilligen Engagement und nicht (nur) als Empfänger\*innen von Hilfe wahrnehmen.

Das bedeutet für Organisationen auch ein zusätzliches Potential an Freiwilligen, die bislang noch nicht wahrgenommen und angesprochen wurden. Für alle Vereine und Einrichtungen, die sich dafür auf den Weg machen wollen, bietet das Seminar:

- Informationen über die unterschiedlichen Bedarfe und Möglichkeiten von Menschen mit Behinderungen als potenzielle Freiwillige
- Eine Sensibilisierung für Teilhabe-Barrieren innerhalb und außerhalb der eigenen Organisation und das Wissen, diese abzubauen.
- Eine Vorstellung von praktische Arbeitshilfen und Informationsquellen, um Teilhabe von Menschen mit Behinderungen im freiwilligen Engagement zu ermöglichen
- Die Entwicklung erster Ideen, um Menschen für Engagement- Angebote in der eigenen Organisation zu erreichen, die bisher nicht teilhaben konnten.

Ralf Baumgarth | Trainer und Berater, seit vielen Jahren im Bereich gesellschaftlicher und politischer Teilhabe von Menschen mit Behinderungen engagiert

Dienstag, 9. Juni | 17.30-19.30 Uhr

gebührenfrei

Online über Zoom

**Anmeldung bis 2. Juni über [info@vh-ulm.de](mailto:info@vh-ulm.de) |**

**0731 15 30 15**

**vh-Kursnummer 26F0701027**

## Gesetzesänderungen für Vereine ab 1. Januar 2026

Zum 1. Januar 2026 sind wichtige gesetzliche Neuerungen für gemeinnützige Organisationen in Kraft getreten. Sie betreffen unter anderem steuerliche Regelungen, Freigrenzen, Haftungsfragen und neue Handlungsspielräume für Vereine.

In diesem Seminar erhältst Du einen verständlichen Überblick über die wichtigsten Änderungen und erfährst, was diese konkret für Deine Vereinsarbeit bedeuten. Du bekommst Orientie-

rung, welche Regelungen jetzt gelten und wo Handlungsbedarf besteht.

Außerdem zeigen wir Dir praxisnah, wie Du die Neuerungen sicher umsetzen kannst und welche Chancen sich daraus für Deinen Verein ergeben. Das Seminar richtet sich an alle, die Verantwortung im Verein tragen oder ihre Arbeit rechtssicher gestalten möchten.

Karl Sommer | Vereinsexperte

Donnerstag, 25. Juni | 18-20 Uhr

Gebühr: EUR 5,00

Radgasse 8, 89073 Ulm

**Anmeldung bis 18. Juni über [info@vh-ulm.de](mailto:info@vh-ulm.de) |**

**0731 15 3015**

**vh-Kursnummer 26F0701028**

## Veranstaltungen von Ulmer Organisationen



### Hospiz Ulm e. V.

Lichtensteinstraße 14/2 | 89075 Ulm

**Anmeldung für alle Veranstaltungen über die Webseite des Hospizes:**

[www.ulmer-hospiz-akademie.de/programm](http://www.ulmer-hospiz-akademie.de/programm)

## Letzte Hilfe-Kurs – einander beistehen am Ende des Lebens

Letzte Hilfe Kurse vermitteln Grundwissen und Orientierung sowie einfache Handgriffe bei sterbenden Menschen. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Mitmenschlichkeit, die auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen.

Im Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens. Wir thematisieren mögliche Beschwerden, die Teil des Sterbeprozesses sein können und wie wir bei der

Linderung helfen können. Ebenfalls sprechen wir darüber, wie man Abschied nehmen kann und betrachten unsere Möglichkeiten und Grenzen.

Petra Büchler, Nicola Glaubach

24. März | 14-17.30 Uhr

Gebühr: EUR 20,00

Anzahl Teilnehmende: 8 bis 20 Personen

## Entspannung und Meditation mit Klangschalen

---

Während einer Klangschalenmeditation entsteht eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit, in der es möglich ist loszulassen – den Stress, die Ängste und Sorgen, die sich negativ auf unsere Gefühle auswirken.

Die zeitliche Begrenztheit eines Klanges, aus der Stille entstehend und zu ihr zurückkehrend, macht diesen Klang zu einem einzigartigen Objekt der Achtsamkeit. In dem wir uns dem Klang achtsam hingeben, werden wir uns bewusst, was uns wirklich guttut, und welche alten Gewohnheitsmuster wir jetzt ablegen dürfen. In unserer schnelllebigen und oft reizüberfluteten Welt sind dies die kostbaren Momente, aus denen wir Kraft schöpfen und Veränderungen herbeiführen können.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, leichte Decke und eventuell ein Kissen oder eine Nackenrolle mitbringen.

Ilona Fried

26. März | 19.30-20.45

Anzahl Teilnehmende: 6 bis 8 Personen

Gebühr: 15,00 Euro

Weitere Termine: 23. April, 7. Mai

## Infoveranstaltung für Vorsorge – und Patientenverfügung

---

Viele Menschen möchten Vorsorge treffen für den Fall, dass sie durch Unfall oder Krankheit nicht mehr in der Lage sind, selbstständig zu entscheiden oder ihren Willen zu äußern. Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht stellen in dieser Hinsicht wichtige Hilfsmittel dar, den eigenen Willen rechtlich bindend festzulegen und dessen Beachtung sicherzustellen.

Elisabeth McAvinue, Sabine Gessel,

Claudia Maier, Imogen Saß

15. April | 17.30-19 Uhr

13. Mai | 14-15.30 Uhr

17. Juni | 17.30-19 Uhr

15. Juli | 14-15.30 Uhr

## Geht es Dir genauso? Infoveranstaltung für An- und Zugehörige

---

Wie soll ich das nur schaffen? Ich bin voller Fragen und Zweifel! Habe nur ich das Gefühl, weder dem Menschen, den ich umsorge, noch mir und meinen Bedürfnissen gerecht zu werden?

Nein! An- und Zugehörige, die für einen palliativ erkrankten Menschen zuhause oder in einer Pflegeeinrichtung verantwortlich sind, kämpfen oft mit ähnlichen Ängsten und Sorgen. In dieser Informationsveranstaltung möchten wir über Herausforderungen, Probleme und Fragen informieren, die im Verlauf einer unheilbaren fortschreitenden Erkrankung auf An- und Zugehörige zukommen können.

Wir möchten neben fachlichen Impulsen einen Austausch zwischen Betroffenen ermöglichen und Unterstützungsmöglichkeiten erarbeiten. Kleinigkeiten zum Essen und Trinken bieten wir an. Das Angebot richtet sich an An- und Zugehörige von Schwerstkranken.

Imogen Saß, René Steidel und ehrenamtlich Mitarbeitende

16. April | 14.30-16 Uhr

gebührenfrei

Anzahl Teilnehmende: mindestens 4 Personen

Weitere Termine:

21. Mai 2026 | 18. Juni | 16. Juli

## Was kann ich tun für einen sterbenden Menschen

---

Wenn ein nahestehender Mensch schwer erkrankt, ist das eine große Herausforderung für Angehörige und Begleitende.

- Welche körperlichen Veränderungen finden statt?
- Welche Symptome können auftreten am Ende eines Lebens?
- Wie können die letzten Wochen, Tage, Stunden so angenehm wie möglich gestaltet werden?
- Wie können Leiden gelindert werden?
- Wie wichtig sind Flüssigkeit und Nahrung?
- Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?

Information und Austausch für Angehörige und Begleitende.

Barbara Gebert

Dienstag, 12. Mai | 18-19:30 Uhr

Anzahl Teilnehmende: mindestens 6 Personen

Gebühr: EUR 10,00

Weiterer Termin:

Dienstag, 20. Oktober | 18-19:30 Uhr

## Systemisch denken, systemisch handeln – Impulse für die Hospizarbeit

In diesem interaktiven Kurzvortrag erhalten die Teilnehmenden einen lebendigen Einblick in das systemische Denken und die systemische Haltung – und wie beides in der Hospizarbeit hilfreich sein kann.

- Was bedeutet es, Verhalten im Zusammenhang zu verstehen?
- Wie kann ein Perspektivwechsel Gespräche verändern?
- Und was macht eine Haltung aus, die sowohl dem Gegenüber als auch sich selbst gerecht wird?

Anhand anschaulicher Beispiele, kleiner Übungen und praxisnaher Reflexionen nähern wir uns gemeinsam den Grundideen des systemischen Arbeitens – mit einem Blick auf die eigene Praxis, neuen Fragen und anderen Perspektiven.

Catharina Scheben, René Steidel  
Mittwoch, 24. Juni | 17-18.30 Uhr  
Anzahl Teilnehmende: 5 bis 20 Personen  
Gebühr: EUR 10,00

Barbara Gebert  
Dienstag, 12. Mai | 18-19:30 Uhr  
Anzahl Teilnehmende: mindestens 6 Personen  
Gebühr: EUR 10,00  
Weiterer Termin:  
Dienstag, 20. Oktober | 18-19:30 Uhr

## Trauer mit Menschen mit geistiger Behinderung

Wenn wir von Trauer reden, denken wir zunächst an Trauer im Zusammenhang mit Sterben und Tod. Trauer ist mehr. Sie ist ein umfassender Prozess, der uns im Leben begleitet. In der Regel haben Menschen mit geistiger Behinderung vielfältige Erfahrungen mit Abschiednehmen gemacht.

Wie können Angehörige und Mitarbeitende von Behinderteneinrichtungen verschiedene Formen der Trauer im Alltag leben und welche Unterstützung kann das Hospiz anbieten?

Nicola Glaubach  
Donnerstag, 11. Juni | 14.30-16 Uhr  
Anzahl Teilnehmende: 5 bis 8 Personen



## Informationsstelle für Bürgerschaftliches Engagement

In der Informations- und Vermittlungsstelle von »engagiert in ulm« können sich Interessierte kostenlos und ohne Voranmeldung während der Öffnungszeiten über Bürgerschaftliches Engagement und aktuelle Tätigkeitsfelder in den Bereichen Bildung, Kultur, Politik, Soziales, Sport oder Umwelt informieren oder sich in einem individuellen Gespräch nach Terminvereinbarung ausführlich beraten lassen.

Ebenfalls erhalten Engagierte hier die FREIWILLIGENCARD, die Ehrenamtskarte Baden-Württemberg und Informationen über das Programm der Akademie für Bürgerschaftliches Engagement und Gemeinwesenarbeit. Nicht zuletzt ist die Informationsstelle auch Ansprechpartnerin für Organisationen, die mit Freiwilligen arbeiten. Sie bietet ihnen Unterstützung beim Aufbau neuer Tätigkeitsfelder und zur Arbeit mit Engagierten.

Dienstag, 13 bis 19 Uhr  
Mittwoch bis Freitag, 9.30 bis 12.30 Uhr  
Mittwoch und Donnerstag, 14 bis 17 Uhr  
info@engagiert-in-ulm.de | 0731 70 88 514  
Radgasse 8, 89073 Ulm

## Ansprechpersonen für Rückfragen

Larissa Heusohn und Maike Munz  
engagiert in ulm  
heusohn@engagiert-in-ulm.de  
munz@engagiert-in-ulm.de  
0731 70 88 514

Daniel Kanzleiter, vh Ulm  
kanzleiter@vh-ulm.de  
0731 15 30 24



Tue etwas Schönes.  
Die Menschen könnten  
es nachmachen.

Sprichwort

## Unterstützung



Ulmer Bürger Stiftung

## Kooperation

Stadt Ulm

Strategische Sozialplanung  
Rathaus, Marktplatz 1  
89073 Ulm

# ulm

## Organisation

**Larissa Heusohn**  
**Maike Munz**  
engagiert in ulm  
Radgasse 8  
89073 Ulm  
Telefon 0731 70 88 514  
info@engagiert-in-ulm.de  
**engagiert-in-ulm.de**

**Daniel Kanzleiter**  
vh ulm  
EinsteinHaus  
Kornhausplatz 5  
89073 Ulm  
Telefon 0731 15 30 24  
**vh-ulm.de**

**Angelika Torer**  
Zentrale Bürgeragentur  
ZEBRA  
Radgasse 8  
89073 Ulm  
Telefon 0731 70 88 556  
info@zebra-ulm.de  
**zebra-ulm.de**