

EngagierDich-

Woche

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

Ulm ist eine Stadt, in der bürgerschaftliches Engagement seit langem einen hohen Stellenwert genießt. Gemessen an der Einwohnerzahl gibt es hier so viele Bürgerinnen und Bürger, die sich ehrenamtlich und unentgeltlich in Vereinen, Helferkreisen, Initiativen und bei Hilfsorganisationen engagieren wie in kaum einer anderen Stadt.

Die Motive sind vielfältig, ganz oft aber höre ich als Antwort: „Ich möchte etwas von dem Guten, das ich selber erfahren habe, zurückgeben.“ Eine große deutsche Krankenkasse hat außerdem in einer Studie festgestellt: Anderen zu helfen macht auch den Helfenden zufrieden und glücklich. Dafür jedoch sind auch gute Strukturen und Rahmenbedingungen notwendig, damit sich Ehrenamtliche wertgeschätzt fühlen und professionelle Unterstützung und Qualifizierung bekommen, wenn sie es brauchen.

Die EngagierDich-Woche, die im jährlichen Wechsel mit der Freiwilligenmesse Interessierten Gelegenheit gibt, verschiedenste Engagementfelder kennenzulernen und auszuprobieren, bietet eine gute Gelegenheit, mit anderen Ehrenamtlichen in Kontakt zu kommen, Gleichgesinnte zu treffen und sich unverbindlich zu informieren, was einem selber liegt und Freude macht. Denn Engagement ohne Freude geht nicht.

Es wäre schön, wenn Ihnen die EngagierDich-Woche Impulse für Ihr persönliches bürgerschaftliches Engagement geben würde.

Ihr



Gunter Czisch
Oberbürgermeister



1. Sie tanzen gerne? Die t-dancers sind eine gemischte Tanzgruppe für Menschen mit und ohne Behinderung. Das „t“ in unserem Namen steht für Team und tolle Menschen, aber auch für Teilhabe. Wenn Sie unsere Gruppe kennenlernen möchten, sind Sie herzlich eingeladen. Wir treffen uns jeden Freitag.

Fr 20.03., 27.03., 14-15 Uhr, Habila Tannenhof Ulm, Saulgauer Straße 3, Tel.: 4013495, Mail: klaus.guenthner@habila.de – mit Anmeldung

2. Push A Band Mitglieder unserer Programmgruppen erzählen von ihrer Arbeit und der Booker gibt Einblick in seinen Part. Und: Wir stellen Ihnen per Videos eine Reihe von Bands vor, die möglicherweise in unser Programm kommen. Wir diskutieren mit Ihnen darüber und Sie entscheiden mit, welche Bands wir auswählen.

Fr 20.03., 21 Uhr, KunstWerk e. V., Veranstaltungsort: EinsteinHaus, Kornhausplatz 5, Mail: info@kunstwerk-ulm.de – ohne Anmeldung

3. Ein neues Make-Up für die Thekenfront und Plakatwand im JAM Unsere Thekenfront und Plakatwand im Café JAM sind inzwischen in die Jahre gekommen. Damit sie in neuem Glanz erstrahlen können, wollen wir sie neu gestalten. Eine grobe Idee wird es geben, für kreative Details seid Ihr gefragt!

Sa 21.03., 10-18 Uhr, CVJM und EJW Ulm, Münsterplatz 21, Mail: pascal.weik@cvjm-ulm.de – mit Anmeldung

4. Konzert – Big Band Eselsberg Unter dem Titel „Back to the roots“ gibt die Big Band Eselsberg im Bürgerzentrum ein Konzert. Wenn Sie Lust haben, während dieses Konzerts ein bisschen in unseren Barbetrieb „reinzuschnuppern“, freuen wir uns auf Sie. Im Bürgerzentrum finden in unregelmäßigen Abständen immer wieder Konzerte, Vorträge etc. statt, bei denen wir uns über Unterstützung beim Auf- und Abbau, Getränkeverkauf ... freuen.

Sa 21.03., ab 18 Uhr, Bürgerzentrum Eselsberg – Stadt Ulm, Virchowstraße 4, Tel.: 1615180, Mail: l.gloeckler@ulm.de – mit Anmeldung

5. Projekt „Frauen treffen Frauen“ Sonntagsbrunch bei engagiert in ulm Haben Sie Freude an interessanten Begegnungen mit Frauen aus aller Welt? Wollen Sie Ihre eigenen Erfahrungen, Informationen und Interessen weitergeben? In unserem Projekt ermöglichen wir Tandems zwischen einheimischen und internationalen Frauen. Jedes Tandem gestaltet die Treffen



individuell nach seinen eigenen Wünschen und Vorstellungen.

So 22.03., 10 Uhr, Freiwilligenagentur engagiert in ulm, Radgasse 8, Tel.: 7088514, mreisi@engagiert-in-ulm.de – ohne Anmeldung

6. Kaffee oder Tee? Offener Treff im Café Alma Das Café Alma in Wiblingen richtet sich an alle Bewohner*innen im Quartier und ist ein Angebot der offenen Begegnung. Immer montags außer in den Schulferien findet der offene Treff statt.

Mo 23.03., 16-18 Uhr, Café Alma, Erenäcker 18, Tel.: 0171 6508618, Mail: Guelay.cekmeci@drk-ulm.de – mit Anmeldung

7. Mitarbeit im Ulmer Tafelladen Im Tafelladen werden Lebensmittel bei den Supermärkten abgeholt, im Laden sortiert, in Regale eingeräumt und nachmittags an die Kunden mit Lobby-Card verkauft. Bei folgenden Tätigkeiten kann mitgearbeitet werden:

8-15 Uhr: Warenabholung, 10-14 Uhr: Sortieren der Ware
13.30-17 Uhr: Verkauf
Mo Di Mi Do Fr 23.-27.03., 9-17 Uhr, Ulmer Tafelladen, Schaffnerstraße 17, Tel.: 9603387, Mail: tafelladen@drk-ulm.de – mit Anmeldung

8. Antragshilfe Bei uns können Sie Hilfesuchenden beim Ausfüllen von Anträgen unterstützen: Arbeitslosengeld II | Grundsicherung/Sozialhilfe | Wohngeld | Kinderzuschlag | Kindergeld
Mo 23.03., **Mi** 25.03., 9-12 Uhr + 14-17 Uhr **Fr** 27.03., 9-12 Uhr, Caritas Ulm-Alb-Donau, Olgastraße 137, Tel.: 206341, Mail: betz-albegiani.m@caritas-ulm-alb-donau.de – mit Anmeldung

9. Kochen für Wohnungslose Die Ulmer Tafel kocht von montags bis freitags ein 4-Gänge-Menü als Abendessen für die wohnungslosen Bewohner*innen und Besucher*innen des DRK Übernachtungsheims. Das Team besteht aus einer „Chefköchin“, die die Mengen etc. festlegt und weiteren kochbegeisterten Ehrenamtlichen, die gerne mitschnippeln.

Mo Di Mi Do 23.-26.03., 15-19 Uhr, DRK Übernachtungsheim, Frauenstraße 125, Tel.: 144439, Mail: karin.ambacher@drk-ulm.de – mit Anmeldung

10. Gästeabend in der ehrenamtlichen Bewährungshilfe Lernen Sie die ehrenamtliche Bewährungshilfe im Rahmen des Gästeabends kennen. Sie erfahren von ehrenamtlichen Bewährungshelfer*innen, was sie motiviert und was die Arbeit mit Straffälligen in der Bewährungshilfe auszeichnet. Wir begleiten und unterstützen Menschen dabei, zukünftig straffrei zu leben. Ehrenamtsteam und die hauptamtliche



Teamleitung unterstützen sich gegenseitig.

Mo 23.03., 17-19 Uhr, Bewährungs- und Gerichtshilfe Baden-Württemberg Einrichtung Ulm, Zeughausgasse 16, Tel.: 2709002, Mail: ulm@bgbw.bwl.de – ohne Anmeldung

11. Das Tafel-Café feiert seinen 1. Geburtstag

Das Tafel-Café ist eine Kooperation des Bürgerhaus Mitte, des DRK und der Kleider Oase – ein Ort der Begegnung, für Gespräche und um sich kennenzulernen. An diesem Nachmittag serviert unser ehrenamtliches Team Kaffee und Kuchen. Wir freuen uns über weitere Interessierte, die unseren Cafébetrieb mit Herz und Spaß am Umgang mit Menschen unterstützen möchten.

Di 24.03., 13:30-16:30 Uhr, Bürgerhaus Mitte, Schaffnerstraße 17, Tel.: 6025670, Mail: a.torer@zebra-ulm.de – ohne Anmeldung

12. Eröffnung der Schneiderwerkstatt

„Tapferes Schneiderlein“ Parallel zum Tafel-Café bieten wir die Möglichkeit, in der Kleider Oase erworbene Kleidungsstücke mit ehrenamtlicher, fachlicher Unterstützung ändern zu lassen. Nähen ist Ihre Leidenschaft? Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Di 24.03., 13:30-16 Uhr, Bürgerhaus Mitte, Schaffnerstraße 17, Tel.: 6025670, Mail: a.torer@zebra-ulm.de – ohne Anmeldung

13. Diakonie-Café Nachmittagsangebot für ältere Menschen, die gerne ein paar Stunden in Gesellschaft verbringen möchten. Es wird miteinander eine Tasse Kaffee getrunken, gesungen, gespielt, erzählt und gelacht. Ehrenamtliche unterstützen die Hauptamtlichen. Die Gäste werden von zu Hause abgeholt und auch wieder nach Hause gebracht.

Di 24.03., **Do** 26.03., 14:30-16:30 Uhr, Diakonie, Grüner Hof 1, Tel.: 1538506, Mail: mmayer@kirche-diakonie-ulm.de – ohne Anmeldung

14. Gemeinsam für's Rad Das ADFC-Serviceteam

codiert jeden Monat Fahrräder zum Schutz vor Diebstahl. Wenn Sie sich für Fahrräder begeistern und Freude an der Technik haben, sind Sie bei uns genau richtig! Während wir Sie mit der Technik des Codierens vertraut machen, kommen Sie mit unseren ehrenamtlichen Aktiven ins Gespräch und erfahren, was sonst noch alles im ADFC-Infoladen angeboten und geschafft wird.

Di 24.03., 16-19 Uhr, ADFC-Infoladen, Radgasse 8, Mail: kontakt@adfc-ulm.de – mit Anmeldung

15. „It's more than just a game“ Freizeitkicken mit dem menschlichkeit-ulm e. V. Unter diesem Motto findet wöchentlich unser Freizeitfußball



statt. Das gemeinsame Kicken ermöglicht uns, Spaß miteinander zu haben, viele Menschen aus verschiedenen Nationen kennenzulernen und sich zu begegnen. Jede*r ist willkommen! Wir freuen uns auf alle Jungs und Mädels und spielen in gemischten Teams.

Di 24.03., 18:30-20 Uhr, menschlichkeit-ulm e. V., Staplerhalle/neue Keplerhalle in der Olgastraße, Mail: menschlichkeit-ulm@outlook.de – ohne Anmeldung

16. Einblicke im Habila Tannenhof Ulm

Der Tannenhof Ulm ist eine Einrichtung für die Pflege, Betreuung und Förderung sowie die soziale und berufliche Integration von Menschen mit geistiger und Mehrfachbehinderung.

Karin Hanekamp vom Tannenhof informiert Sie ganz unverbindlich über ein Engagement mit Menschen mit geistiger Behinderung.

Di 24.03., 10-13 Uhr, Regionalbüro Tannenhof, direkt am Tannenplatz, Pfullendorfer Straße 7, Tel.: 4013490 (Di., 10-13 Uhr), Mail: karin.hanekamp@habila.de - ohne Anmeldung

17. Ein Nachmittag im Ulmer Hospiz Wir vermitteln Interessierten einen Einblick in unser Haus und in unsere ambulanten und stationären Angebote.

14 Uhr: „Das Hospiz stellt sich vor“ Vortrag mit vielen Bildern
15-17 Uhr: Hospiz Café, offene Begegnung bei Kaffee und Kuchen
Mi 25.03., 14-17 Uhr, Hospiz Ulm e. V., Lichtensteinstraße 14/2, Erdgeschoss, Tel.: 5097330, Mail: kontakt@hospiz-ulm.de – ohne Anmeldung

18. Forschendes Lernen zur Lebensgestaltung im Alter

Im Forschenden Lernen am ZAWiW befassen sich Freiwillige mit selbst gewählten Themen und Fragestellungen, die sie mit wissenschaftlichen Methoden systematisch bearbeiten. Beispielhaft dafür steht der Arbeitskreis Lebensgestaltung im Alter. Forschungsschwerpunkte sind derzeit Freundschaften im Alter sowie Technik im Alter. Weitere Mitstreiter*innen sind herzlich willkommen, ein Einstieg ist für Interessierte jederzeit möglich.

Mi 25.03., 14-16 Uhr, Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung (ZAWiW), Veranstaltungsort: Universität Ulm, Eingang Süd, (Haltestelle Uni Süd), Treffpunkt im Foyer (025/N25) beim Infostand des ZAWiW, Tel.: 5026610, Mail: info@zawiw.de – mit Anmeldung

19. Thekenhilfe im Familiencafé „Café Faz“

Jeden Mittwochnachmittag öffnet unser Café für Jung und Alt, Groß und Klein, zur Begegnung, Austausch und Kennenlernen.

Mi 25.03., 14:30-17 Uhr, Ev. Familienzentrum im Jörg-Syrllin-Haus, Jörg-Syrllin-Str. 99, Tel.: 3799237, Mail: familienzentrum-jsh@t-online.de – mit Anmeldung

20. Bewerbungs-Café Individuelle Unterstützung bei der Erstellung und Aktualisierung von Bewerbungsunterlagen (Anschreiben und Lebenslauf) von geflüchteten Menschen sowie Personen mit Migrationshintergrund.

Mi 25.03., 15-17 Uhr, Caritas Ulm-Alb-Donau, Veranstaltungsort: Verschwörhaus, Weinhof 9, Mail: specht.a@caritas-ulm-alb-donau.de – mit Anmeldung

21. „Für Hund und Katz‘ ist auch noch Platz... Setzen Sie sich dazu!“

Damit Sie sich leichter vorstellen können, was wir als ehrenamtliche Vorleser*innen von „Abenteuer Lesen“ tun, können Sie uns vor Ort erleben. Was sonst hinter geschlossenen Türen in vielen der Ulmer Kindertageseinrichtungen oder öffentlich in den Bibliotheken stattfindet, stellen wir hier vor: Vorlesen, mit und ohne Kamishibai, dem japanischen Tischtheater. Kommen Sie dazu und probieren Sie es selbst aus.

Mi 25.03., ab 15:30 Uhr, Bürgeragentur ZEBRA e. V., Projekt „Abenteuer Lesen“, Veranstaltungsort: Stadtbibliothek, Vestgasse 1, Tel.: 6025671, Mail: abenteuer-lesen@zebra-ulm.de – mit Anmeldung

22. Organisierte Nachbarschaftshilfe

FÜREINANDER „Hand in Hand“, ein offener Treff im Café Schorsch, bietet mittwochs von 15-17 Uhr im Gemeindehaus St. Georg die Möglichkeit, Hilfe zu erfahren, den Kontakt miteinander zu halten und bei Bedarf zu helfen. Die Nachbarschaftshilfe FÜREINANDER unterstützt hilfsbedürftige Menschen im Haushalt, betreut und begleitet sie in der Ulmer Innen- und Oststadt. Wir freuen uns über jede*n, die/der Freude am Umgang mit Menschen hat und die Arbeit bei der Nachbarschaftshilfe näher kennenlernen möchte.

17 Uhr: Informationsveranstaltung „Hand in Hand“ und Nachbarschaftshilfe FÜREINANDER
17:30 Uhr: Treffen der Helfer*innen von FÜREINANDER zur Einsatzbesprechung

Mi 25.03., ab 17 Uhr, FÜREINANDER und Hand in Hand, Beethovenstraße 1, Tel.: 2053842, Mail: K_Merz@t-online.de – ohne Anmeldung

23. Arbeitskreis Ausländische Kinder –

Patenschaftsmodell Ziele des Patenschaftsmodells sind: Flüchtlingskindern bei ihren vielfältigen Problemen zu helfen, ihre persönliche und soziale Entwicklung zu fördern und sie bei der Integration in unsere Gesellschaft zu begleiten und zu unterstützen | Fördert die soziale und interkulturelle Kompetenz der Kinder und Jugendlichen | Trägt durch vielfältige und aktivierende Freizeitangebote zur Stärkung des Selbstbe-

wusstseins und Identität bei | Persönliche Begleitung in den Integrationsprozess | Unterstützung beim Zweitspracherwerb | Stärkung der Eltern auf dem Weg in die neue Heimat.

Neue Pat*innen sind herzlich willkommen.

Mi 25.03., 18-19:30 Uhr, AAK e. V., Frauenstraße 134, Tel.: 610198, Mail: iku-aak@arcor.de – mit Anmeldung

24. Die Freiwilligen Praktiker Die Freiwilligen Praktiker erledigen in Haushalten von bedürftigen Menschen kleinere handwerkliche Reparaturen wie Auswechseln von Leuchtmitteln, Montieren von Kleinmöbeln oder Reparieren des tropfenden Wasserhahns.

Do 26.03., 9-11 Uhr, Diakonie Ulm, Grüner Hof 1, Tel.: 1538506, Mail: mmayer@kirche-diakonie-ulm.de – ohne Anmeldung

25. Internationales Frühstück im Café Alma

Einmal im Monat findet im Quartierstreff Café Alma ein internationales Frühstück statt, das unsere Ehrenamtlichen vorbereiten. In einer gemütlichen und kommunikativen Atmosphäre frühstücken wir gemeinsam. Helfen Sie mit, diesen Brunch vorzubereiten und genießen Sie ihn dann mit den anderen Helfer*innen und Gästen.

Do 26.03., 10-12 Uhr, Café Alma, Erenäcker 18, Tel.: 0171 6508618 – ohne Anmeldung

26. Café International im Bürgerzentrum

Eselsberg Das Café International (CI) bietet Familien die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen. Neben Kaffee und Kuchen für die Erwachsenen gibt es für die ganz Kleinen einen Spieleteppich und für die größeren Kinder ein Bastelangebot. Wir freuen uns über Verstärkung, entweder für den Bastelbereich oder auch gerne für unser Café. Wenn Sie Freude am Umgang mit Menschen haben, sind Sie bei uns genau richtig. Das CI findet regelmäßig am letzten Donnerstag im Monat statt.

Do 26.03., 15-17 Uhr, Bürgerzentrum Eselsberg, Virchowstraße 4, Tel.: 1615180, Mail: l.gloeckler@ulm.de – mit Anmeldung

27. Sprachförderung für Kinder

Die Caritas Ulm-Alb-Donau organisiert Sprachförderung für Kinder an verschiedenen Schulen im Alb-Donau-Kreis. Das Angebot soll auf Ulmer Schulen ausgeweitet werden. Sie möchten sich im Rahmen der Übungsleiterpauschale engagieren und bei der Sprachförderung für Kinder mitwirken? Alle weiteren Informationen bei unserer Infoveranstaltung am Donnerstag.

Do 26.03., 16 Uhr, Caritas Ulm-Alb-Donau, Olgastraße 137, Tel.: 206336, Mail: ludwig@caritas-ulm-alb-donau.de – mit Anmeldung

28. Nachbarschaftscafé der Quartierszentrale am Alten Eselsberg Das Nachbarschaftscafé bietet einen regelmäßigen, offenen Treffpunkt für die Bürger*innen des Alten Eselsbergs. Neben dem Austausch bei Kaffee und Tee stehen auch Themen wie die nachbarschaftliche Unterstützung im Vordergrund. Kommen Sie einfach vorbei, wenn Sie teilnehmen und gerne auch, wenn Sie sich einbringen wollen.

Do 26.03., 15-16:30 Uhr, Quartierszentrale Alter Eselsberg, Stifterweg 98, Tel.: 1615379, Mail: s.kottmann@ulm.de – ohne Anmeldung

29. Infostand und Lern-Café vom

menschlichkeit-ulm e. V. Wir, eine Gruppe motivierter und spontaner Menschen aus ganz verschiedenen Hintergründen, möchten Menschlichkeit ganz praktisch leben. Du hast Interesse am menschlichkeit-ulm e. V.? Komm uns an unserem Infostand im Café JAM besuchen!

Du möchtest uns im Lern-Café unterstützen? Für unser Angebot benötigen wir Deine ehrenamtliche Unterstützung in den Bereichen: Texte gemeinsam lesen, besprechen und verstehen | Berufsschulunterricht vor- und nachbereiten | Klassenarbeiten oder Prüfungen vorbereiten.

Do 26.03., 17:30-19 Uhr, menschlichkeit-ulm e. V., Veranstaltungsort: Café JAM, Münsterplatz 21, Mail: menschlichkeit-ulm@outlook.de – ohne Anmeldung

30. Offene Türen im Offenen Lerntreff von IN VIA

Der Offene Lerntreff steht an diesem Tag nicht nur den Jugendlichen mit Migrationshintergrund offen, sondern auch interessierten Ehrenamtlichen. Lernen Sie das engagierte Team und die lernmotivierten zugewanderten Jugendlichen kennen. Hier gibt es Unterstützung für die Schule - von der Gemeinschaftsschule bis zum Gymnasium, nicht nur für das Fach Deutsch.

Fr 27.03., 15-17:30 Uhr, IN VIA Jugendmigrationsdienst Ulm, Weinhof 6, Mail: m.brumann@invia-drs.de – ohne Anmeldung

31. Mitgärtnern im Quartiersgarten Dichterviertel

Gemeinsam wollen wir den Quartiersgarten nach dem Winter für die neue Gartensaison startklar machen. Hochbeete werden gebaut bzw. bestehende für die Bepflanzung vorbereitet, Sträucher werden zurückgeschnitten und wir wollen Sitzgelegenheiten für die wärmere Jahreszeit bauen. Spontane Gäste sind gerne willkommen, wir freuen uns über Anmeldungen.

Fr 27.03., 15-18 Uhr, Quartiersgarten Dichterviertel AG West e. V., Sanierungsgebiet, Dichterviertel Süd, Tel.: 017657958831, Mail: b.reiss@agwest.de – mit Anmeldung

32. Tag der offenen Tür im Oxfam Shop Ulm Oxfam Shops sind Secondhand-Läden mit einem besonderen Konzept. Ehrenamtliche Teams verkaufen Dinge, die andere gespendet haben. Wir möchten Ihnen Führungen (20-30 min.) anbieten. Darin zeigen wir unsere Bearbeitungsräume, erläutern die Abläufe im Oxfam Shop und wofür die Hilfsorganisation Oxfam die Erträge aus den Shops verwendet. Führungen: 11-13-15-17 Uhr.

Fr 27.03., Oxfam Shop Ulm, Pfauengasse 7, Tel.: 38850115, Mail: shildebrandt@oxfam.de – ohne Anmeldung

33. Rundgang durch den Habila Tannenhof Ulm

Der Tannenhof Ulm ist eine Einrichtung für die Pflege, Betreuung und Förderung sowie die soziale und berufliche Integration von Menschen mit geistiger und Mehrfachbehinderung. Wir laden Sie zu einem Rundgang durch den Tannenhof ein.

Fr 27.03., 14-15 Uhr, Tannenhof Ulm, Saulgauer Str. 3, Tel.: 4013490 (Di.,10-13 Uhr), Mail: karin.hanekamp@habila.de – mit Anmeldung

Organisatorisches

Bei Aktionen **mit Anmeldung** bitten wir Sie, sich direkt bei dem Veranstalter telefonisch oder per E-Mail anzumelden.

Bitte beachten Sie, dass die Telefonnummern ohne Vorwahl Ulmer Nummern sind.

Es gibt auch die Möglichkeit, sich online über die Website von „engagiert in ulm“ direkt bei den Einrichtungen anzumelden.

Ohne Anmeldung heißt, Sie können einfach zu dem genannten Termin zu der Veranstaltung kommen.

Informationen

zur EngagierDich-Woche bei engagiert in ulm, Tel.: 0731 7088555, www.engagiert-in-ulm.de

Mit Unterstützung von

Evangelischer
Diakonie
Verband Ulm/Alb-Donau

hospiz ulm

caritas

Deutsches
Rotes
Kreuz

ZE
ntrale
Bürge
RA
gentur
Vertritt für Engagement

Stadt Ulm

engagiert in
ulm

ulm

Probier's
doch mal

20. - 27. März 2020

EngagierDich-
Woche

Sa

So

Mo

Di