

# Engagiert in Mitte

In enger Kooperation mit der FreiwilligenAgentur Mitte bietet die Volkshochschule Berlin Mitte in den kommenden Wochen online-Kurse zu den Themenkomplexen „Moderationstechniken“, „Nachhaltige Ernährung“ und „Diskriminierungsformen im Alltag“ für ehrenamtlich engagierte Menschen in Mitte, die sich fortbilden wollen. Die Teilnahme ist für Sie kostenfrei – da wir allerdings nur eine begrenzte Teilnehmer\*innenzahl annehmen können, bitten wir um eine möglichst rasche Anmeldung. Die Volkshochschule Berlin Mitte freut sich auf Sie!

## Moderationstechniken

Wie neutral muss ich in einer Moderation sein? Kann ich Fishbowl auch in einer alltäglichen Arbeitssituation nutzen? Ist die Murmelrunde Ablenkung oder schon Arbeit und was ist eigentlich OpenSpace? In diesem 3-wöchigen Übungskurs von Karin Baumert lernen Sie eine Vielfalt an Moderationstechniken kennen und können diese und alle anderen Fragen zu den Kurseinheiten mitbringen!

**Seminartermine (je donnerstags,  
18.00-21.00 Uhr)**

Kurseinheit 1: 19.11.2020  
Kurseinheit 2: 26.11.2020  
Kurseinheit 3: 03.12.2020

*Achtung: Dies ist ein fortlaufender Kurs mit 3 Terminen. Wenn Sie also nicht an allen Terminen teilnehmen können, bitten wir Sie, sich nicht anzumelden und den Platz einer anderen Person zu überlassen, da die Teilnehmer\*innenzahl begrenzt ist.*

*Anmeldung bis spätestens: 13.11.2020*

## Nachhaltige Ernährung

Regional, saisonal, vegetarisch und biologisch:  
Das sind die Herausforderungen einer nachhaltigen Ernährung.  
Näheres dazu erfahren Sie bei unserem Online-Seminar! Neben der Theorie kochen Sie gemeinsam mit unserer Spezialistin Karsta Reinemund-Vetter in Echtzeit Ihr Sonntagessen! Sie erhalten vorab per Mail eine Liste mit den einzukaufenden Zutaten.

**Seminartermine (beide Kurse je  
sonntags, 10.00-13.00 Uhr)**

**Kurs 1:** 6.12.2020  
**Kurs 2:** 20.12.2020

*Achtung: Da die Teilnehmer\*innenzahl begrenzt ist, wird dieser Kurs zweimal angeboten – Kurs 2 ist also kein Folgekurs, sondern die Wiederholung von Kurs 1 (bei Interesse bitte also nur für einen der beiden Kurse anmelden).*

*Anmeldung bis spätestens: 27.11.2020*

## Critical whiteness

In diesem Sensibilisierungsworkshop soll eine Auseinandersetzung mit (unbewussten) Normen, weißen Privilegien und Diskriminierung im Alltag stattfinden.

Da für dieses Seminar auch Präsenzveranstaltungen geplant sind, gibt es aufgrund des aktuellen Infektionsgeschehens noch keinen festen Termin.

Da das Seminar für Januar 2021 geplant ist, folgen weitere Informationen dazu im Dezember! Wir bitten um Verständnis und Geduld!

*Kurs geplant für Januar 2021 – weitere Infos folgen im Dezember!*

## Anmeldung

Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung unter :  
[info@freiwilligenagentur-mitte.de](mailto:info@freiwilligenagentur-mitte.de)

Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung folgende Daten an:

**Name, Mailadresse sowie Telefonnummer und natürlich die Angabe des Kurses, an dem Sie teilnehmen möchten.**

*Achtung : Die Teilnehmer\*innenzahl ist für alle Kurse leider begrenzt, wir bitten also um eine rasche Anmeldung!*