Fürsorglich engagiert – für Dich, für Mich, für Uns

Donnerstag, 19. November 2026, 16:00–20:00 Uhr
Begegnungszentrum Wolgast, Hufelandstraße 2

Programm

15:30 Uhr | Ankommen & Kaffee
16:00 Uhr | Begrüßung & Einstieg
16:10 Uhr | Moderiertes Gespräch:

- Martin Schröter, Bürgermeister der Stadt Wolgast
- Regina Bolle, Stabsstelle Gesundheitsförderung und Integrierte Sozialplanung, Landkreis Vorpommern-Greifswald
- Thomas Schmidt, Bündnis Zusammen bewegen in der Region Ost
- Laura Göpfert, Mitglied im Institut für Kooperative Regionalentwicklung, Hochschule Neubrandenburg

17:00 Uhr | Pause
17:15 Uhr | Workshop & Austauschrunden
ab 18:45 Uhr | Abendessen und Ausklang
20:00 Uhr | Ende

Nach einer gemeinsamen Eröffnung laden wir zu einem der folgenden Angebote ein:

✨ **Workshop und Austauschrunden** ✨

Workshop
Engagiert und ausgebrannt? Wie wir langfristig aktiv und psychisch gesund bleiben
Laura Göpfert, Yoga- und Meditationskursleiterin, Fachkraft für Stressmanagement (IHK)

Engagement ich wichtig, erfüllend - und oft auch stressig. So schön die wertebasierte Arbeit ist, so frustrierend und auslaugend kann sie auch sein. Gesellschaftlich und politisch steigen die Herausforderungen an das Ehrenamt, und häufig stellen wir an uns selbst ebenfalls sehr hohe Ansprüche. In diesem Workshop wollen wir daher gemeinsam darauf schauen, welche Stressoren es im Alltag und insbesondere im Ehrenamt gibt und wie wir diesen begegnen können. Mit einer Mischung aus Input, Austausch und praktischen Methoden wollen wir erforschen, wie es gehen kann, langfristig engagiert zu bleiben, ohne auszubrennen.

Austauschrunde

Vernetzte Region – Chancen und Herausforderungen für dein Engagement

Thomas Schmidt, Bündnis Zusammen bewegen

Regina Bolle, Stabsstelle Gesundheitsförderung und Integrierte Sozialplanung, LK V-G

Vorpommern kann mit Weitblick glänzen, aber auch mit langen Fahrtwegen und Vereinzelung in der Fläche ermüden. Wenn wir Lasten teilen und Wirkung entfalten wollen, müssen wir uns zusammentun. Was ermöglichen regionale Netzwerke und Kooperationen und was brauchen sie? Wie gelingt es über den eigenen Tellerrand zu blicken? Und wann wird Zusammenarbeit mehr Last als Freude? In dieser Austauschrunde laden wir dazu ein, Erfahrungen über regionale Netzwerkarbeit auszutauschen und Informationen zu teilen.

Austauschcafé

Da geht noch was! - Lokale Zusammenarbeit stärken

Gisela Kretschmer, Kulturverein Wolgast

Alicja Orlow, RAA M-V

„Bei euch ist doch gar nichts los?“ – Wer genau hinsieht, weiß es besser. Oft gibt es vor Ort viel mehr Angebote, als auf den ersten Blick sichtbar wird. Gleichzeitig bleiben Sichtbarkeit und eine gelungene öffentliche Kommunikation Herausforderungen. Wir laden euch zu einem Austauschcafé über die Potenziale lokaler Kooperationen ein. Dafür wird Gisela Kretschmer vom Kulturverein Wolgast einen Einblick in ihr Engagement rund um die Kulturnacht Wolgast geben. Diese ist ein gutes Beispiel für eine identitätsstiftende, sektorübergreifende und publikumswirksame Kooperation zwischen Stadt, Vereinen, Kirche und Handel. Gemeinsam wollen wir der Frage nachgehen: Wie lassen sich unsere Potenziale vor Ort heben?

Eine Gemeinschaftsinitiative
von ZUNKUNFTSWEGE OST

Wir werden gefördert von:

ZEIT STIFTUNG BUCERIUS

NORDMETALL Stiftung