



Aanbod deskundigheidsbevordering 2010

Dit is het nieuwe **gratis** aanbod van cursussen, trainingen, workshops en themabijeenkomsten in 2010. Stiel biedt u samen met de ROC's (Alfa-college en Noorderpoort), STIP, Humanitas en MJD een **gratis** aanbod van cursussen, trainingen, workshops en themabijeenkomsten, bedoeld voor vrijwilligers uit de stad Groningen.

Ook dit jaar kunt u weer kiezen uit tal van cursussen en trainingen, waarmee u uw deskundigheid als vrijwilliger kunt vergroten. Een aantal cursussen en trainingen van 2009 wordt herhaald, omdat daar grote belangstelling voor is. Meldt u zich wel bijtijds aan bij de organisatie die de desbetreffende cursus, training of workshop organiseert, zodat u verzekerd bent van deelname! De contactgegevens van de organisatie, de trainers en docenten vindt u onderaan, op de achterzijde van de kalender.

MEI / JUNI

Cursus 'Notuleren en vergadertechnieken'

Hoe kan ik effectief vergaderen, voorbereiden, uitvoeren en verslagleggen? U leert welke vergaderrollen er zijn en welke rol het best bij u als persoon past. Ook leert u technieken om creatiever en slagvaardiger te vergaderen en te notuleren.

data door dinsdag 25 mei, 1, 8, 15, 22 en 29 juni van 13.00 - 15.00 uur (6x)
Noorderpoort, Verzetstrijderslaan 2

Cursus 'Website bouwen en onderhouden'

Hoe kan ik een efficiënte, gebruiksvriendelijke website bouwen en onderhouden?

data door dinsdag 25 mei, 1, 8, 15, 22 en 29 juni van 19.00 - 21.00 uur (6x)
Noorderpoort, Verzetstrijderslaan 2

Cursus 'Trends op het net'

Hoe vind ik vrienden en communiceer ik via het internet? Hoe kan ik allerlei toepassingen gebruiken zonder ze te hoeven installeren? Hoe gebruik ik de mogelijkheden van het net voor mijn persoonlijke wensen en behoeften? En hoe hou ik het veilig?

data door vrijdag 28 mei, 4, 11 en 18 juni van 9.00 - 11.00 uur (4x)
Alfa-college, Dierenriemstraat 1, lokaal 12

Thema-avond over oudermishandeling

Op de 5 ouden krijgt te maken met oudermishandeling. Het begrip omvat niet alleen het fysiek mishandelen van de oudere, maar ook het geld afhandig maken, het psychisch mishandelen of het verwaarlozen van ouderen. Hoe kun je het signaleren? Wat kun je doen als je het signaleert?

datum datum door maandag 31 mei van 19.30 - 21.30 uur | De Goudvink, Goudlaan 297
dinsdag 8 juni van 19.30 - 21.30 uur | Coendershof, Helperbrink 59
STIP

Cursus 'Rots en water'

Maak jezelf sterk voor zaken die jou aan het hart liggen. Zet je in om meer bewust te handelen in situaties waarin je soms verrast wordt door andermans acties. Laat zien en horen wat je wilt; wat je van anderen verwacht. Kom oefenen en werken aan je eigen kracht. Wat doe je, wat zeg je en wat kun je anders doen? Een training vol fysieke oefeningen, om veel te ervaren.

data door dinsdag 1, 8, 15, 22, 29 juni en 6 juli van 9.00 - 11.00 uur (6x)
Alfa-college, Dierenriemstraat 1, lokaal 4

Cursus 'Omgaan met moeilijk gedrag'

Hoe kunnen vrijwilligers omgaan met moeilijk gedrag bij cliënten? Centraal staan eigen houding en grenzen.

datum door dinsdag 22 juni van 14.00 - 16.30 uur (*cursus vindt ook 21 september plaats*)
Humanitas, Akerkhof z.z. 22

SEPTEMBER / OKTOBER

Cursus 'Financiële administratie met de computer voor penningmeesters van vrijwilligersorganisaties'

Hoe kan ik met behulp van de computer de financiële administratie van mijn organisatie verzorgen? Hoe hou ik op de computer een kas- of bankboek bij met de inkomsten en uitgaven? Hoe kan ik een liquiditeitsbegroting, exploitatiebegroting en een projectbegroting met een dekkingsplan opstellen?

data door do. 9, 16, 23, 30 september, 7 en 14 oktober van 19.00 - 21.00 uur (6x)
Noorderpoort, locatie nog onbekend

Training 'Netwerken'

Oefen met uw eigen manier van netwerken. Hoe krijgt u de benodigde informatie of de juiste personen te spreken? Welke vragen stelt u? Kunt u benoemen wat u wenst? Treft u de juiste mensen als u iets wilt organiseren? Word een spin in uw eigen web van contacten en onderhoud of vergroot uw netwerk tijdens de training. Het werkt direct vanaf de eerste les.

data door maandag 13, 20, 27 sept., 4, 11 en 18 oktober van 13.15 - 15.15 uur (6x)
Alfa-college, Dierenriemstraat 1

Training gesprekstechnieken

Aandacht voor en oefenen met diverse gespreksituaties in het vrijwilligerswerk. Hoe kunt u beter luisteren en wat zijn daarbij geschikte vragen om te stellen? Hoe kunt u iemand advies geven? Helpt het aanhoren van verhalen of het uitspreken van medeleven? Wat is handig bij telefonische gesprekken? Hoe houdt u een gesprek op gang? Hoe kunt u omgaan met kritiek geven en ontvangen? Tijdens de training leert u diverse manieren om een gesprek te voeren met één of meer mensen.

data door dinsdag 14, 21, 28 sept., 5, 12 en 19 oktober van 19.30 - 21.30 uur (6x)
Alfa-college, Admiraal de Ruyterlaan 2

Grenzen aan het vrijwilligerswerk

Hierbij komen aan de orde: de grenzen van de vrijwilliger, de hulpvrager, de activiteit en de instelling. Ook is er aandacht voor de rechten van de vrijwilliger.

data door donderdag 16 en 30 september van 14.00 - 16.30 uur (2x)
Humanitas, Akerkhof z.z. 22

Cursus 'Omgaan met moeilijk gedrag'

Hoe kunnen vrijwilligers omgaan met moeilijk gedrag bij cliënten? Centraal staan eigen houding en grenzen.

datum door dinsdag 21 september van 14.00 - 16.30 uur (*cursus vindt ook 22 juni plaats*)
Humanitas, Akerkhof z.z. 22



Cursus 'Culturele diversiteit'

Vrijwilligers krijgen inzicht in zaken die invloed hebben op hun eigen houding en gedrag in het werken in een multiculturele samenleving. Aan bod komen ondermeer cultuur, interculturele en non-verbale communicatie.

data dinsdag 21 september, 5 en 19 oktober van 19.30 - 22.00 uur (3x)
door Humanitas, Akerkhof z.z. 22

Cursus 'Mensen helpen hun financiële administratie op orde te krijgen'

Wilt u als vrijwilliger/mantelzorger mensen (beter) kunnen helpen hun administratie op orde te krijgen en ze tips kunnen geven over budgetteren, of mensen helpen om de juiste financiële ondersteuning te vinden?

data woensdag 22 en 29 september van 19.00 - 22.00 uur (2x)
door MJD, Herman Colleniusstraat 18

Cursus 'Maak kennis met de lokale politiek'

Hoe werkt de gemeente? Hoe komen besluiten tot stand? Op welke manier zijn bevoegdheden verdeeld? Wat doet een politieke partij en hoe kunnen burgers of belangenorganisaties invloed uitoefenen? Politici zijn aanwezig, om antwoord te geven op deze vragen en uit eigen ervaring te vertellen. De cursus is voor iedereen met belangstelling voor het bestuur van de stad.

data zondag 26 september, 3, 10 en 17 oktober van 14.00 - 16.00 uur (4x)
door MJD, Buurtcentrum de Wende, Goudlaan 555

Cursus 'Presenteren is te leren'

Spreken voor een groep? Bijeenkomsten leiden? Veel mensen hebben alleen al bij de gedachte het zweet in de handen staan. Toch is presenteren te leren. Tijdens deze korte cursus krijgt u praktische tips en alle kans om uitgebreid te oefenen. Want zeker voor presenteren geldt: oefening baart kunst!

data dinsdag 28 september, 5 en 12 oktober van 13.00 - 15.00 uur (3x)
door Noorderpoort, locatie nog onbekend

Wervelende Geluksshow: de Geluksgenerator

Geluksprofessor Gustavo Geluk en de muzikanten Kevin Cupido & Co laten je spelenderwijs oefenen in het vinden van geluk. Je leert ook hoe je anderen kunt ondersteunen in hun zoektocht naar geluk. Hoe kun jij als vrijwilliger anderen gelukkig maken en waarom wordt je daar zelf ook gelukkig van?

datum dinsdag 12 okt. van 19.30 - 21.30 uur | Oosterparkheem, Merelstraat 100
datum dinsdag 19 oktober van 19.30 - 21.30 uur | Mercator, Kraaiennest 70
door STIP

Cursusaanbod maatschappelijke stages

Van de onderstaande 4 workshops, die op dezelfde avond plaatsvinden, kunt u er 1 volgen.

- 1 Begeleiden van jongeren** - Jongeren: wat kunnen ze, waar hebben ze moeite mee, waar worden ze enthousiast van? Kost het begeleiden van jongeren veel voorbereiding en betrek je ook je collega's bij de klussen?
- 2 Stageklussen bedenken** - Wat is een geschikte stageklus voor een maatschappelijke stage? Waar moet u rekening mee houden? Leer creatief te kijken naar de mogelijkheden om jongeren voor uw organisatie in te zetten.
- 3 Maatschappelijke stages in het organisatiebeleid** - Na het opdoen van ervaring met jongeren in uw organisatie, kan uw volgende vraag zijn: hoe leg ik deze stages vast in het vrijwilligersbeleid van mijn organisatie? Wat is de visie van mijn organisatie op jongeren?
- 4 Basisinformatie over maatschappelijke stage** - Wat is een maatschappelijke stage? Wat levert het mijn organisatie op? Wat is het verschil met een beroepsstage? Hoe kan ik binnen mijn organisatie met maatschappelijke stage starten?

datum donderdag 14 oktober van 18.00 - 20.30 (inclusief soep en broodjes)
door Stiel, locatie wordt bekend gemaakt na aanmelding (vóór 1 oktober!)

NOVEMBER / DECEMBER

Cursus 'Digitale nieuwsbrief maken en onderhouden'

Hoe kan ik de PR en communicatie van mijn organisatie ondersteunen door het maken van een digitale nieuwsbrief? Zowel de inhoudelijk als de technische kant komt aan bod.

data dinsdag 9, 16, 23 en 30 nov. en 7, 14 december van 19.00 - 21.00 uur (6x)
door Noorderpoort, locatie nog onbekend

Cursus 'Effectief communiceren als vrijwilliger'

Communiceren, hoe moeilijk kan dat zijn? Toch bereik ik niet altijd wat ik wil bereiken door mijn manier van communiceren. Hoe kijk ik naar de ander, hoe kijkt de ander naar mij? Welke woorden gebruik ik en welke vragen stel ik? Hoe gebruik ik mijn lichaamstaal? Kortom: hoe communiceer ik en hoe kan ik dat verbeteren?

data dinsdag 9 en 23 november en 7 december van 19.00 - 21.30 uur (3x)
door Noorderpoort, locatie nog onbekend

Cursus 'Regelingen en voorzieningen'

Deze cursus is geschikt en interessant voor alle vrijwilligers/mantelzorgers, die goed op de hoogte willen blijven van zowel de Groningse als landelijke regelingen en voorzieningen.

data woensdag 17 en 24 november van 19.00 - 22.00 uur (2x)
door MJD, Herman Colleniusstraat 18

Vrijwilligerswaardingsfeest

Stiel Vrijwilligerswerk wil graag samen met de samenwerkingspartners haar waardering tonen voor alle vrijwilligers en voor degenen die het vrijwilligerswerk in 2010 ondersteunden. Het vrijwilligersfeest staat open voor alle vrijwilligers, actieve wijkbewoners en burgers in Groningen.

datum vrijdag 10 december
door Stiel, locatie wordt bekend gemaakt bij de uitnodiging

Opnieuw een kans om nog deskundiger te worden!

Is één van de cursussen of workshops iets voor u of wilt u meer informatie? Neem dan contact op met de organisatie die de desbetreffende cursus, workshop of bijeenkomst organiseert.



Alfa-college | Monique Spierings of Marieke Lindeboom
Trends op het net | Egbert Hulzebus
(050) 529 01 77 | deelnemersadministratie.dier@alfa-college.nl



Noorderpoortcollege | Mariëtte Mulder
(050) 520 55 00 | educatiegroningen@noorderpoort.nl



Stiel Vrijwilligerswerk | Martha Reining
(050) 368 18 20 | m.reining@stiel.nl



Humanitas | Het Meld- en Informatiepunt
Omgaan met moeilijk gedrag | Hennie Mulder of Annemiek Hardenberg
Grenzen aan het vrijwilligerswerk | Tamara van Diejen
Culturele diversiteit | Cherida van Stempvoort
(050) 312 60 00 | mip.groningen@humanitas.nl



STIP | STIP Oosterparkwijk
(050) 368 38 96 | oosterpark@stip-groningen.nl
op werkdagen van 9.00 - 12.00 uur



MJD | Michel Keyzer of Marja Wolthuizen
(050) 312 61 23 | (06) 274 940 36
m.keyzer@mjd.nl of m.wolthuizen@mjd.nl

