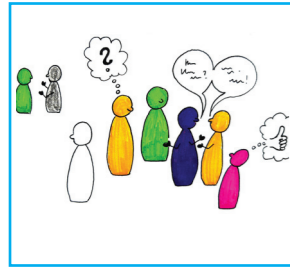
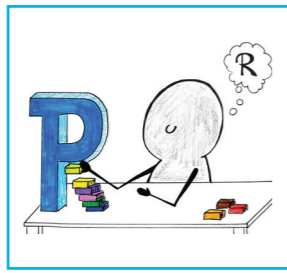


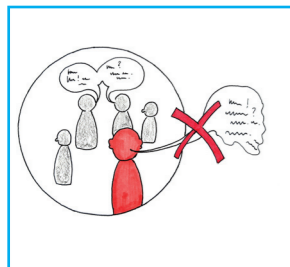
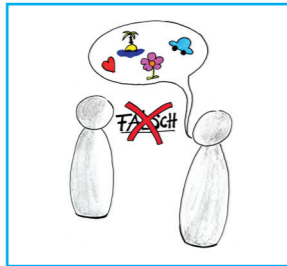
## Kursgrundsätze

Sie erhalten Impulse zum Umgang mit herausfordernden Situationen und Erfahrungen im Arbeitsalltag.



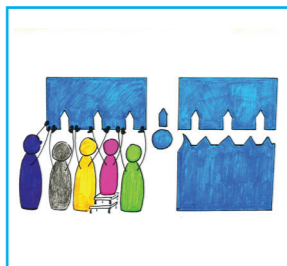
Sie entscheiden, inwieweit und in welcher Form Sie sich an den Kursen beteiligen.

Sie sagen, was Ihnen wichtig ist. Meinungen werden nicht bewertet. Es gibt kein Richtig und kein Falsch.



Ihre Worte werden vertraulich behandelt. - Die Kursleitung und alle Kurs teilnehmenden verpflichten sich zu Verschwiegenheit über die Äußerungen aller KursmitgliederInnen.

Ihre Anregungen zur Weiterentwicklung der Rostocker Stadtmission werden aufgenommen und in die zuständigen Arbeitskreise weitergegeben.



## Das erwartet Sie in den Kursen

- eine freundliche Atmosphäre, in der Sie Mitarbeitenden aus den verschiedenen Bereichen der Rostocker Stadtmission begegnen
- anregende Impulse zum Austausch über Ihre Arbeitssituation
- offene Räume zum Ausprobieren von Veränderungsmöglichkeiten im Arbeitsalltag
- Moderatoren, die sich auf Sie freuen!

Widerstandsfähigkeit  
Resilienz  
Selbstwirksamkeit  
Achtsamkeit  
Strapazierfähigkeit  
Selbstregulation  
Kommunikation  
Elastizität  
Akzeptanz  
Optimismus  
Opferrolle  
Spiritualität  
Netzwerkorientierung  
Zukunftsorientierung  
Lösungsorientierung

## So erreichen Sie uns!

Erdmuthe Großer-Bald  
Projektleitung

Telefon 0381 4613651

Tobias Pollee  
Projektmitarbeiter

Telefon 0381 4613652

Fanny Schmoranzer  
Projektmitarbeiterin

Telefon 0381 4613652

Gudrun Gippner  
Mitarbeiterin Verwaltung

Telefon 0381 4613616

Diakonie Rostocker Stadtmission e.V.

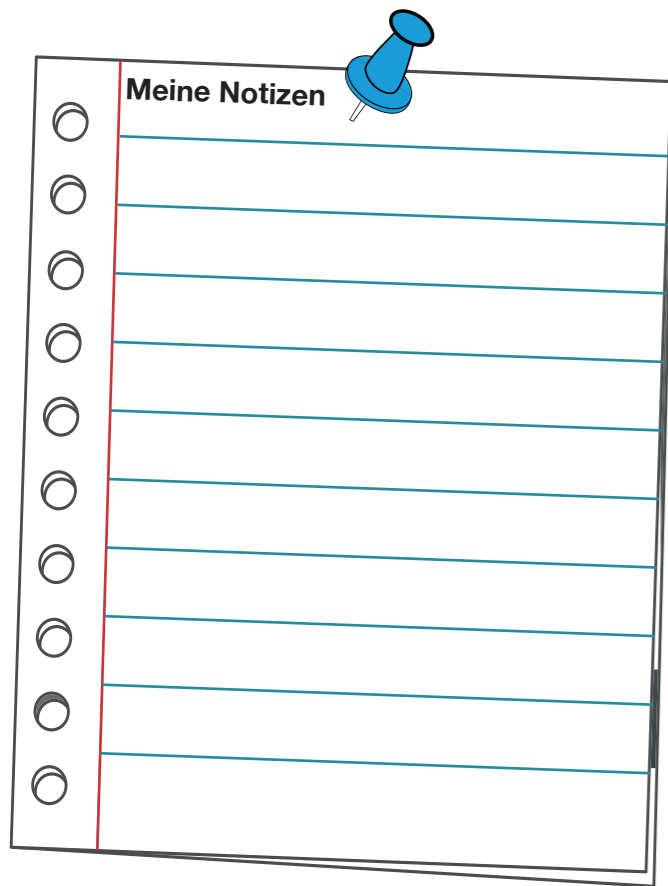
Bergstr. 10 | 18057 Rostock

Fax 0381 | 4613636

E-Mail [opera@rostocker-stadtmission.de](mailto:opera@rostocker-stadtmission.de)

Web [www.rostocker-stadtmission.de](http://www.rostocker-stadtmission.de)

Das Projekt „OPeRA“ wird im Rahmen des Programmes „rückenwind+“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.



## Terminübersicht OPeRA-Kurse

### Kurse für Einrichtungsleitungen (EL)

Kursgruppe	Erlebnispäd. Element	Modul I	Modul II	Modul III
EL 01	Spiritual-Tag	04.-05.09.18	17.-18.10.18	21.-22.11.18
EL 02	Spiritual-Tag	22.-23.08.19	19.-20.09.19	21.-22.11.19

### Kurse für stellvertretende Leitung (SEL) & Teamleitung (TL)

Kursgruppe	Erlebnispäd. Element	Modul I	Modul II	Modul III
SEL/TL 01	Outdoor - Kanu 1 Tag	18.-19.01.18	26.-27.04.18	21.-22.06.18
SEL/TL 02	gemeinsam Musizieren	24.-25.01.19	02.-03.04.19	21.-22.05.19

### Kurse für Mitarbeitende (MA)

#### 2018 - 1. Halbjahr

Kursgruppe	Erlebnispäd. Element	Modul I	Modul II	Modul III
MA 01	Outdoor - Pilgern 1 Tag	16.-17.01.18	19.-20.04.18	05.-06.06.18
MA 02	Outdoor - Kanu 1 Tag	23.-24.01.18	24.-25.04.18	13.-14.06.18

#### 2018 - 2. Halbjahr

Kursgruppe	Erlebnispäd. Element	Modul I	Modul II	Modul III
MA 03	Outdoor - Kanu 2 Tage	23.-24.08.18	25.-26.09.18	06.-07.11.18
MA 04	„So ein Theater“ - Geschichten sehen, erleben, gestalten	28.-29.08.18	27.-28.09.18	08.-09.11.18

#### 2019 - 1. Halbjahr

Kursgruppe	Erlebnispäd. Element	Modul I	Modul II	Modul III
MA 05	gemeinsam Musizieren	15.-16.01.19	19.-20.03.19	14.-15.05.19
MA 06	Outdoor - Pilgern 1 Tag	22.-23.01.19	21.-22.03.19	16.-17.05.19
MA 07	Outdoor - Pilgern 2 Tage	29.-30.01.19	04.-05.04.19	23.-24.05.19

#### 2019 - 2. Halbjahr

Kursgruppe	Erlebnispäd. Element	Modul I	Modul II	Modul III
MA 08	Outdoor - Kanu 1 Tag	20.-21.08.19	17.-18.09.19	12.-13.11.19
MA 09	Die Sache in die Hand nehmen - Planen, bauen, gestalten	27.-28.08.19	24.-25.09.19	14.-15.11.19

## Modul-Themen

### Modul I

- Widerstandsfähigkeit
- Innere Antreiber
- Grenzen



### Modul II

- erlebnispädagogisches Element
- Sinn- & Kraftquellen



### Modul III

- Kommunikation am Arbeitsplatz

