

BEITRÄGE UND ANMELDUNG

Beitrag DZ/VP	150 €
Beitrag EZ/VP	200 €

Alle Beiträge beziehen sich auf Programm, Vollverpflegung – natürlich auch vegetarisch – und Unterbringung im Doppelzimmer mit Dusche/WC. Einzelzimmer: Zuschlag 25€/Nacht. Arbeitslose und Studierende können eine Ermäßigung erhalten (20 Prozent). Über unsere AGB informieren Sie sich bitte auf unserer Internetseite.

Bitte schriftlich, per Fax, E-Mail oder über unsere Internetseite mit Name(n), Adresse, Tel./ Fax/ E-Mail sowie Datum und Titel des Seminars sowie Zimmerwunsch (DZ/EZ)



SO FINDEN SIE UNS!

Bad Bevensen liegt an der B4 zwischen Lüneburg und Uelzen und ist Bahn-Station auf der Strecke Hamburg – Hannover. Unser Bildungs- und Tagungshaus liegt im Ortsteil Medingen unmittelbar vor dem Kloster am Ufer der Ilmenau. Fußweg vom Bahnhof: 20 Minuten, Taxi über Telefon (058 21) 30 12 bzw. 1010.

Gustav Stresemann Institut in Niedersachsen e.V.
Europäisches Bildungs- und Tagungshaus Bad Bevensen
Klosterweg 4 | 29549 Bad Bevensen
Tel.: (0 58 21) 9 55-0 | Fax: (05 82 1) 9 55-29 9
info@gsi-bevensen.de | www.gsi-bevensen.org



Qualitätszertifiziert nach LQW
(Lernerorientierte Qualität in der
Weiterbildung | Mitglied im
Niedersächsischen Landesverband der
Heimvolkshochschulen e.V.



WIDERSTANDSKRAFT UND SELBSTFÜRSORGE IM POLITISCHEN AKTIVISMUS

Workshop für politisch Aktive und
gesellschaftlich Engagierte
14.11.2025 – 16.11.2025



WIDERSTANDSKRAFT UND SELBSTFÜRSORGE IM POLITISCHEN AKTIVISMUS

WORKSHOP FÜR POLITISCH AKTIVE UND GESELLSCHAFTLICH ENGAGIERTE

Politischer Aktivismus und gesellschaftliches Engagement binden viele Ressourcen: Zeit, Energie, Geld, Motivation, physische und mentale Sicherheit/Gesundheit, Empathie, Leichtigkeit und Zukunftsvisionen. Der Druck aufwallender Dringlichkeit verbraucht viele dieser Ressourcen in kürzester Zeit und hinterlässt große Leerstellen. Selbstfürsorge im Aktivismus und gesellschaftspolitischen Engagement ist zentral, um nachhaltig Energie und Kraft für andauernde Kämpfe zu haben. Wie können wir Community, Vertrauen und gegenseitige Unterstützung schaffen? Wie können wir in Gemeinschaft und in den wiederkehrenden Gruppenprozessen agieren, ohne um uns selbst zu kreisen? Was ist mein wirkliches Ziel mit diesem Engagement? Welche Ängste speisen meine Tatkraft? Wie spüre ich meinen Körper in dieser Arbeit? Welche Formen des Widerstands trage ich und wie hoch ist meine Widerstandskraft?

Mit diesen Fragen werden wir uns im Workshop aktiv auseinandersetzen und dabei lernen, wie wir eigene Widerstandskraft nachhaltig stärken können.

Darüber hinaus werden wir auf Widerstand vor dem Hintergrund einer *weißen* Mehrheitsgesellschaft und mit Blick auf die deutsche Geschichte schauen. Dieser Schritt ermöglicht uns, von Widerstandsgeschichte zu lernen und sie in unsere Gegenwart zu tragen. Dabei betrachten wir Widerstandskraft als eine lebensnotwendige Fähigkeit.

Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an Multiplikator*innen der politischen Bildung, politisch Aktive, ehrenamtliche Helfer*innen sowie alle am Thema Interessierten, die im Rahmen ihrer Arbeit oder privat nachhaltig solidarisch wirken wollen.

INHALTE IM ÜBERBLICK

- Intergenerationale Widerstandsgeschichte in Deutschland: Wer kam vor mir? Wer ist an meiner Seite?
- Widerstand als Notwendigkeit
- Ressourcen & Fürsorge füreinander
- Widerstandskraft aufrechterhalten
- Von Apathie zu aktivistischen Burnout – Wie geht Communitybuilding?
- Ängste & Bedrohung durch Aktivismus
- Dauerdiskussionen in aktivistischen Gruppen – Entscheidungsfindung & Umsetzung
- Meine Haltung: WOFÜR und WOGEGEN bin ich?

IM SEMINAR...

... nutzen wir verschiedene Methoden und Zugänge. Neben Wissensvermittlung geht es um Diskussionen, Erfahrungsaustausch und Perspektivwechsel;

... werden wir nicht nur kognitiv, sondern auch mit dem Körper arbeiten, um u.a. Entspannung zu ermöglichen.

Daher bitten wir Euch, bequeme Kleidung und bequeme Schuhe/Socken mitzubringen;

... werden verschiedene Perspektiven und Expertisen geschätzt und zusammen gedacht. Wir freuen uns auf eine möglichst heterogene Zusammensetzung der Gruppe!

SEMINARBEGINN UND SEMINARENDE

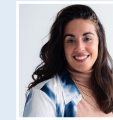
Das Seminar beginnt am 14. November 2025 um 14.00 Uhr und endet am 16. November 2025 um 14.30 Uhr. Das vorläufige Programm mit allen Seminarzeiten kann gerne auf Anfrage per Mail zugeschickt werden.

FRAGEN ZUM SEMINAR?

Schreiben Sie mich gerne an!

Iwona Domachowska: iwona.domachowska@gsi-bevensen.de

DOZENTIN:



Fanny Kulisch politische Bildnerin, Tänzerin, Choreografin | Freiberufliche Trainerin an der Schnittstelle Tanz & intersektionale politische Bildung, Prozessbegleitung in strukturellen und persönlichen Veränderungsprozessen in der Diversitätsentwicklung, gemeinsam mit Ana Dias Leitung des MINCE e.V. Awarenesssteam.

Die Homepage von Fanny Kulisch:
fannykulisch.de

PÄDAGOGISCHE MITARBEITERIN:



Iwona Domachowska Bildungsreferentin | Studium angewandte Linguistik, M.A., Friedens- und Sicherheitspolitik, M.P.S. Zertifizierte Gruppenleiterin interkulturelle Bildung, zertifizierte Trainerin des Demokratie-Lernprogramms „Betzavta-Miteinander“. Schwerpunkte der politischen Bildung: Diversity, Demokratiebildung und Rassismuskritik.

Tel.: +49 (0)5821 955-167
E-Mail: iwona.domachowska@gsi-bevensen.de