

## wer kann da kommen?

Das offene Ohr ist für alle Menschen, die sich in irgendeiner Weise freiwillig und ehrenamtlich in Friedberg (Hessen) engagieren.

Es ist keine Anmeldung notwendig.

Die Teilnahme ist kostenlos.

## was geht da ab?

Das offene Ohr hört den Teilnehmenden zu. Sie teilen ihre Erfahrungen, die sie in ihrer Freiwilligenarbeit erleben.

Der Austausch soll helfen, Belastungen zu verarbeiten, sowie das Wohlbefinden und die Wertschätzung zu stärken.

## wo ist das?

Das offene Ohr ist immer an einem

**DIENSTAG, ab 19.00 Uhr**

im

**Zentrum Mabalu  
Schmidtstraße 8  
61169 Friedberg (Hessen)**

## wann ist das?

28. Januar 2025 (Info-Abend)

25. Februar 2025

25. März 2025

29. April 2025

03. Juni 2025

01. Juli 2025

09. September 2025

07. Oktober 2025

04. November 2025

02. Dezember 2025

## wer leitet das?

Das offene Ohr wird moderiert und geleitet von Stefan Pfister.

Stefan ist systemischer Coach und Mentaltrainer mit einer eigenen Beratungs-Praxis in Friedberg (Hessen).

Er arbeitet unabhängig von Vereinen und Institutionen.

## wer beantwortet Fragen?

**Matthias Guba**

EAG Friedberg (Hessen) 1. Vorsitzender

0173 345 01 75

[kontakt@eag-friedberg.de](mailto:kontakt@eag-friedberg.de)

**POSITIVE COACH**

S T E F A N | P F I S T E R

Coaching | Supervision | Mentale Stärke

Schmidtstrasse 8, 61169 Friedberg

☎ 01522 460 73 34 | [stpfister@positivecoach.de](mailto:stpfister@positivecoach.de)

Ehrenamt spielt eine wichtige Rolle für den sozialen Zusammenhalt und die Stärkung der Gemeinschaft. Das Engagement schafft Netzwerke, bringt Menschen zusammen und stärkt das Miteinander. Für die Einzelnen bedeutet das Ehrenamt die Möglichkeit, Fähigkeiten weiterzuentwickeln und sich in einer Gemeinschaft wertgeschätzt und nützlich zu fühlen. Gesellschaftlich stärkt es unsere demokratischen Strukturen und trägt dazu bei, dass wichtige Werte wie Solidarität und Verantwortung lebendig bleiben.



- Das offene Ohr...
  - ist ein regelmäßiges Treffen für engagierte Menschen in Friedberg (Hessen)
  - schafft einen Raum für vielfältigen Austausch, fördert das Vertrauen und stärkt das Gemeinschaftsgefühl
  - ermöglicht Reflektion und Feedback zu Herausforderungen und Bedürfnissen im Ehrenamt
  - fördert und unterstützt engagierte Freiwillige durch Erfahrungsaustausch
- Das offene Ohr ist ein Austauschformat für ehrenamtlich aktive Menschen in Friedberg (Hessen), um ihre Erfahrungen - auch die schwierigen - mit anderen zu teilen und dabei Unterstützung zu geben und zu erfahren. Das offene Ohr kann helfen, Belastungen zu verarbeiten, Lösungsansätze zu finden sowie das Wohlbefinden und die Wertschätzung zu erhalten.