

Online - Bildungsangebote der



Bildungsregionen 2019/2020

Landjugend Know-How

Inputs für erfolgreiche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Inhalt: Bedeutung, Aufbau und Struktur effizienter Öffentlichkeitsarbeit
10 praxisbezogene PR-Tipps
Aufbau eines Presstextes
Bildsprache als wichtiger Teil der Pressearbeit

TeilnehmerInnen: mind. 10, max. 15 TeilnehmerInnen

Dauer: 2 Stunden / 2 LAZ-Punkte

Referent: Thomas Zeitelberger

Bildungsbeitrag: 100 Euro, Refundierung 40% der ReferentInnenkosten

Material: Laptop oder PC → bevorzugt!, Handy möglich
→ Seminar findet via ZOOM statt!



Persönlichkeitsbildung

Spontan im Small Talk

In Zukunft werden wir auch digital mehr miteinander reden und uns vernetzen. Digitalen Small Talk für Videokonferenzen können wir im Seminar live ausprobieren. Jedoch geht es natürlich speziell darum, wie du im direkten Kontakt mit Small Talk punkten kannst.

Das Seminar ist für alle, die

- besser ins Gespräch kommen wollen,
- die einen Einstieg in die Welt der professionellen (Alltags-) Kommunikation und Rhetorik machen möchten,
- die Sympathiepunkte in Gesprächen sammeln wollen, und -
- die Small Talk einfach ausprobieren möchten!
- Inhalte
- Gespräche anknüpfen
- Auffrischung Rhetorik und Kommunikationstheorie
- Tipps und Tricks für gelungenen Small Talk verknüpft mit Übungen
- Small Talk vor und nach Besprechungen



TeilnehmerInnen: mind. 4, max. 10 TeilnehmerInnen

Dauer: 3,5 Stunden / 3,5 LAZ-Punkte

Referentin: Annemarie Mayer

Bildungsbeitrag: 490 Euro, Refundierung 40% der ReferentInnenkosten

Material: Laptop, Tablet oder Handy mit Internetanschluss
1-2 Tage vor dem Webinar erhalten die TeilnehmerInnen den Link zum Einstieg für ZOOM, die Unterlagen als PDF und eine Materialliste.

„beziehungs-Weise“ - Workshop

Inhalt: Beziehungssysteme/Beziehungsmuster/Prägung
Rollenbewusstsein/Rollenklarheit
Bedürfnisse/Gefühle
Perspektivenwechsel - aus der Sicht des Gegenübers
Kommunikation/Konfliktverhalten-Lösungsansätze



TeilnehmerInnen: mind. 6, max. 8 TeilnehmerInnen

Dauer: 2 Stunden / 2 LAZ-Punkte

ReferentInnen: Marlene Riesenhuber, Dipl. Lebens und Sozialberaterin, Sexualpädagogik

Bildungsbeitrag: 200 Euro, Refundierung 40% der ReferentInnenkosten

Material: Laptop, Tablet oder Handy mit Internetanschluss
→ Seminar findet via ZOOM statt!

Lifestyle

Strong and Healthy – Optimale Ernährung beim Sport

Egal ob Kraft oder Ausdauer – clevere SportlerInnen interessieren sich neben Trainingsplänen und Zeitmessung auch dafür, wie sie durch Ernährung ihren Körper natürlich unterstützen können.

Inhalt: Was esse ich am besten vor/während/nach dem Training?
Wie kann ich meinen Muskelaufbau fördern?
Was heißt Carbolading? Warum sind Proteine für den Sportler so wichtig?
Machen Nahrungsergänzungsmittel beim Freizeitsport Sinn?
Wie soll ein optimaler Durstlöscher beim Sport zusammengesetzt sein?
Tipps für eine bessere Regeneration – um rascher wieder fit zu sein!
Wofür brauche ich eine Bioelektrische Impedanzanalyse?
Anschließend Beantwortung individueller Fragen zur Sporternährung

TeilnehmerInnen: max. 10 TeilnehmerInnen

Dauer: 2 Stunden / 1 LAZ-Punkt

Referentin: Eva Balber, BSc, Ernährungswissenschaftlerin, zert.
Sporternährungsberaterin

Bildungsbeitrag: 200 Euro, inkl. Handout (wird per E-Mail übermittelt)
Refundierung 50€ der ReferentInnenkosten

Material: Laptop, Tablet oder Handy mit Internetanschluss
→ Seminar findet via ZOOM statt!

Rücken fit

Inhalt: Unsere Wirbelsäule und die alltäglichen Probleme damit.
Wie kann ich Nackenverspannungen vermeiden oder reduzieren?
Was sind Faszien?
Grundlagen eines gezielten Kräftigungstrainings
Nach Absprache im Vorhinein sind auch weitere Themen möglich!

TeilnehmerInnen: max. 100 TeilnehmerInnen

Dauer: ca. 1 Stunde / 0,5 LAZ-Punkte
ReferentInnen: Trainer von Go-ACTIVE, Gesundheitszentrum am See, St. Pölten
Bildungsbeitrag: 120 Euro, Refundierung 50€ der ReferentInnenkosten

Material: Trainingsbekleidung, Trinkflasche, Handtuch
Laptop, Tablet oder Handy mit Internetanschluss
→ Seminar findet via ZOOM statt!

In 7 Schritten zu „merkwürdigen“ Fotos (Teil 1)

Inhalt: Woran liegt es, dass manche Fotos unseren Blick fesseln und andere einfach übersehen werden?
Was ist das Wichtigste an der Kamera?
Wie kannst du diese Infos beim Fotografieren im Alltag nutzen?

TeilnehmerInnen: min. 4, max. 10 TeilnehmerInnen

Dauer: 3 Stunden (2 Std. – Pause – 1 Std.) / 1,5 LAZ-Punkte
ReferentInnen: Trainerteam von mgf // Marketing und Kommunikation
Bildungsbeitrag: 290 Euro netto, Refundierung 50€ der ReferentInnenkosten

Material: Smartphone oder Digitalkamera – voll aufgeladen!
Laptop, Tablet oder Handy mit Internetanschluss
→ Seminar findet via ZOOM statt!

In 7 Schritten zu „merkwürdigen“ Videos (Teil 2)

Voraussetzung: Teil 1 „In 7 Schritten zu merkwürdigen Fotos“ wurde absolviert

Inhalt: Planung (Ziel, Storytelling, W-Fragen)
Aufnahme (Ablauf, Blickwinkel, 5-Shot-Regel, etc.)
Schnitt (Apps, Musik, etc.)

TeilnehmerInnen: min. 4, max. 10 TeilnehmerInnen

Dauer: 3 Stunden (2 Std. – Pause – 1 Std.) / 1,5 LAZ-Punkte
ReferentInnen: Trainerteam von mgf // Marketing und Kommunikation
Bildungsbeitrag: 290 Euro netto, Refundierung 50€ der ReferentInnenkosten

Material: Smartphone – voll aufgeladen, App „Kinemaster“ installiert!
Laptop, Tablet oder Handy mit Internetanschluss
→ Seminar findet via ZOOM statt!

Ausbildung mit Zertifikat onTOP

Inhalt: Alle TeilnehmerInnen, die im Zeitraum von September 2019 bis August 2020 Seminare mit insgesamt mind. 25 LAZ Punkten (= 25 Seminarstunden) besucht haben, erhalten das onTOP-Zertifikat.

TeilnehmerInnen, die das onTOP Zertifikat schon öfter erhalten haben, haben die Chance sich die onTOP Zertifikate in Bronze, Silber oder Gold zu holen.

Schema:

- 3 Jahre onTOP → Bronze
- 4 Jahre onTOP → Silber
- 5 Jahre onTOP → Gold



Anmeldung: mittels online-Formular auf noe.landjugend.at
Anmeldung ist bis Ende August 2020 möglich

Abschluss: Bei erfolgreicher Absolvierung von mind. 25 LAZ-Punkten erhält man ein Zertifikat bei der jeweiligen Bezirksgeneralversammlung

HINWEIS:

Alle Veranstaltungen mit dem „orange-blauen onTOP-Stempel“ sind für die onTOP Ausbildung anrechenbar!

Hier sehen wir uns hoffentlich wieder...

Wiff Zack #Bildungswochenende

Inhalt: Ein Pool aus den unterschiedlichsten Seminaren wird auch 2020 wieder angeboten.

Du kannst selber wählen, ob die onTOP Punkte für die Bildungssaison 2019/20 oder 2020/21 gelten sollen.

Bildungsbeitrag: je nach Kursbesuch

Termin: **04. – 05.09.2020**

