



Bildungs- Programm

2025



Vorträge



Seminare



Qualifizierungen



Lehrgänge



Projekte



Vorträge



Seminare













Qualifizierungen



Lehrgänge



Projekte

	Einführung	2
	Leitthema	4
	Entwicklungszusammenarbeit und Nachhaltigkeit	6
	Landwirtschaft und Verbraucherbildung	8
	Frau, Familie und Gesellschaft	11
	Persönlichkeitsentwicklung/ Lebensgestaltung	14
	Pädagogik	15
	Gesundheit und Bewegung	18
	Kultur	22
	Qualifizierungsschulungen	25
	Juniorbildung	30
	Junge LandFrauen	31
	Veranstaltungen auf Landesebene	32
	Thesen zur Frauenbildung	37
	Bildungszeitgesetz	39
	Anmeldung	40
	Kontakt Landesgeschäftsstelle	41

Liebe LandFrauen,

die Zukunft bleibt ungewiss und die Welt voller Herausforderungen und Unsicherheiten. Diese Situation bereitet vielen Menschen Angst und Sorge. Ein probates Mittel dagegen ist Wissen, lebenslanges Lernen und das Eingebundensein in einer starken Gemeinschaft. Bei den LandFrauen finden wir genau das: eine starke Gemeinschaft von Frauen, die der Zukunft nicht ausgeliefert sein will, sondern sie aktiv gestalten möchte. Unser Beitrag hierzu ist auch in diesem Jahr ein durchdachtes Bildungsprogramm, das Sie in diesen unruhigen Zeiten begleiten und stärken soll. Unser Leitthema „Miteinander Zukunft gestalten“ bleibt aktueller denn je, und in diesem Jahr wollen wir den Schwerpunkt auf „Nachhaltig leben“ setzen.

Die Folgen des Klimawandels werden uns immer häufiger unmittelbar vor Augen geführt. Die Auswirkungen machen sich nicht nur auf ökologischer, sondern auch auf ökonomischer und sozialer Ebene bemerkbar. Es ist eine komplexe Gemengelage, der wir mit Wissen, der Stärkung der eigenen Resilienz und der Erweiterung der persönlichen Handlungs- und Wirkungsmöglichkeiten im eigenen Umfeld begegnen wollen.

Freuen Sie sich auf inspirierende und erkenntnisreiche Vorträge und Seminare und ergreifen Sie die Chance, sich fit zu machen für die Zukunft. Gemeinsam können wir viel bewegen und unsere Welt nachhaltig gestalten.

Herzlichst,



A handwritten signature in black ink that reads "Petra Fetzer". The signature is stylized and cursive.

*Petra Fetzer
Landesgeschäftsführerin*

Unsere Bildungsreferentinnen



Aylin Bergemann
Bildungsreferentin Gesundheit und Bewegung,
Qualifizierungsschulungen
Tel.: 0711-248927-23
E-Mail: bergemann@landfrauen-bw.de



Maria Püschel
Bildungsreferentin Frau, Familie und Gesellschaft,
Qualifizierungsschulungen
Tel.: 0711-248927-20
E-Mail: pueschel@landfrauen-bw.de



Carmen Rouhiainen
Bildungsreferentin Landwirtschaft und Verbraucherbildung,
Entwicklungszusammenarbeit und Nachhaltigkeit
Tel.: 0711-248927-21
E-Mail: rouhiainen@landfrauen-bw.de



Yvonne Schau
Bildungsreferentin Pädagogik und Lebensgestaltung,
Junge LandFrauen, Juniorgruppen, Elter-Kind-Gruppen
Tel.: 0711-248927-15
E-Mail: schau@landfrauen-bw.de



Rabea Zahn
Bildungsreferentin Kultur & Öffentlichkeitsarbeit
Qualifizierungsschulungen
Tel.: 0711-248927-22
E-Mail: zahn@landfrauen-bw.de

Angebote der Bildungsreferentinnen für Kreisverbände und Ortsvereine

Die Bildungsreferentinnen des Bildungs- und Sozialwerks im LandFrauenverband Württemberg-Baden e.V. bieten Seminare und Vortragsveranstaltungen zu verschiedenen Themenbereichen an (siehe Seiten 5 - 31).

Dauer und Kosten

Buchung aller Angebote	bei der jeweiligen Referentin
Dauer der Seminare	6 bis 8 UE
Dauer der Vorträge	2 UE
Kosten der Seminare	10 Euro Mitglied, 20 Euro Gast
Kosten der Rhetorikseminare	20 Euro Mitglied, 30 Euro Gast
Kosten Online-Veranstaltungen	kostenfrei für Mitglieder 10 Euro Gast

Vorträge (bei allen Bildungsreferentinnen buchbar)

- **LandFrauen – viel mehr als Sie denken**
Ein Informationsvortrag über die LandFrauenarbeit in der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.
- **„Miteinander Zukunft gestalten“**
Quiz zum Leitthema (Beschreibung siehe Seite 5).



Unsere Symbole im Überblick

Für eine bessere Übersichtlichkeit finden Sie hier die Erläuterungen der im Bildungsprogramm verwendeten Symbole.



Mit diesem Symbol gekennzeichnete Seminare sind auch als Vortrag buchbar.



Dieses Symbol kennzeichnet Veranstaltungen, die auch in einem Online-Format gebucht werden können. Sprechen Sie dazu mit der jeweiligen Bildungsreferentin.



Veranstaltungen mit dieser Kennzeichnung erfüllen die Voraussetzungen für das Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg.

NEU!

Mit diesem Symbol gekennzeichnete Inhalte sind neu im Programm.

Leitthema 2024 - 2027

Miteinander **ZUKUNFT** gestalten

2024 LandFrauen begeistern

2025 Nachhaltig leben

2026 Demokratie stärken

2027 Generationen verbinden

Jahresthema 2025 - Nachhaltig leben

Das Jahresthema spiegelt unser Engagement und unsere Werte wider. Nachhaltigkeit bedeutet Verantwortung gegenüber Natur, Mitmenschen und zukünftigen Generationen. In Krisenzeiten gibt es keine einfachen Lösungen. LandFrauen sind von jeher Macherinnen, Vorbilder und Multiplikatorinnen. Wir wissen, wie man nachhaltig wirtschaftet und Verantwortung übernimmt. Gemeinsam können wir eine lebenswerte und gerechtere Zukunft schaffen. Lassen Sie uns nachhaltige Lebensweisen in unseren Alltag integrieren und das kreative LandFrauen-Potenzial nutzen.

Veranstaltungen der Bildungsreferentinnen zum Leitthema



„Miteinander Zukunft gestalten“ - Quiz zum Leitthema

Mit dem interaktiven Quiz werden die Teilnehmerinnen angeregt, sich mit den einzelnen Themen intensiver auseinanderzusetzen. Gemeinsam werden Ansätze erarbeitet. Wie die Themen in die Bildungsarbeit umgesetzt werden können.

Ziele brauchen Taten – Unser Beitrag zu einer gerechten und lebenswerten Zukunft

In einer Welt, die vor großen Herausforderungen steht, sind Visionen und Ziele entscheidend. Doch nur durch konkrete Taten können wir diese Ziele erreichen, um eine gerechte und lebenswerte Zukunft anzustreben. Dieser Vortrag beleuchtet unseren Beitrag und unsere Rolle bei der Umsetzung der globalen Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen (SDGs). Erfahren Sie, wie wir gemeinsam eine Zukunft gestalten können, in der wir alle leben wollen und was es dazu braucht.

Museumsseminar „Regionale Sorten mit Tradition“

Unser Partner, das Freilichtmuseum Beuren, hat mit seinem Erlebnis.Genuss.Zentrum einen Ort für die Entdeckung regionaler Sorten mit Tradition geschaffen. Nachhaltig leben bedeutet auch, die heimische Artenvielfalt zu erhalten und sich damit zukunftsfähig zu machen.

Bei allen Bildungsreferentinnen buchbar



Kontaktperson:
Carmen Rouhiainen



Kontaktperson:
Rabea Zahn

In der Referentenliste finden Sie weitere Angebote externer Referentinnen und Referenten zum Leitthema.

Entwicklungszusammenarbeit und Nachhaltigkeit

Der Blick über den eigenen Tellerrand ist spannend und ermöglicht neue Perspektiven, auch auf das eigene Leben. Die Lebenssituation von Frauen in anderen Ländern, das Zusammenleben von unterschiedlichen Kulturen und Religionen sowie die Wirkung unserer Konsum- und Lebensweise auf Länder des globalen Südens sind dabei wichtige Themen.

Kontaktperson: Carmen Rouhiainen (siehe Seite 2)

Kleiderschrank-Revolution – Praktische Ideen für einen nachhaltigen Kleiderschrank

Kleidertauschparty, Upcycling und DIY, Kleidung mieten, Kapsel-Garderobe und Fairtrade-Kleidung. Was ist denn das alles und wie kann ich auch mit wenig Geld mehr Nachhaltigkeit in meinen Kleiderschrank bringen? Warum ist das überhaupt notwendig? Wir schauen uns die Lieferkette von Mode genauer an und überlegen gemeinsam, wie wir unseren Kleiderschrank revolutionieren.



Seminar

Mit Konsum die Welt positiv verändern

Welchen Einfluss hat unser Konsumverhalten auf die Welt? Wir wissen um viele negative Effekte wie Klimawandel, Umweltverschmutzung und Ausbeutung. Wir kaufen Produkte mit Siegeln, die versprechen, diese Auswirkungen zu vermeiden. Doch die wahren Auswirkungen sind oft undurchschaubar. Im Seminar gehen wir der Frage nach, wie wir durch bewussten Konsum positive Veränderungen in der Welt bewirken können. Dabei schauen wir uns Beispiele an, die das Potential für einen globalen Wandel haben und wie wir diesen fördern können.



Seminar

Essen fürs Klima – Planetary Health Diet

Weltweit hat die Nahrungsmittelproduktion eine große Bedeutung für das Klima. Was auf unserem Teller landet, hat Auswirkungen auf unseren Planeten. Wir können unsere Ernährung so gestalten, dass sie schmeckt und einen Beitrag zum Klimaschutz leistet. Dieser Vortrag zeigt, dass kleine Veränderungen in unseren Essgewohnheiten einen großen Unterschied für unser Klima machen können.



Vortrag

Landwirtschaft und Verbraucherbildung

Die heimische Landwirtschaft und die Erzeugung regionaler Lebensmittel zu unterstützen, ist ein wichtiges Anliegen der LandFrauenarbeit. Dazu kann jede mit ihrem Verbraucherinnenverhalten beitragen. Um sich dabei bewusst entscheiden zu können, braucht es Wissen, eine eigene Haltung und Handlungskompetenz. Gleichzeitig werden Bäuerinnen durch Weiterbildungsangebote unterstützt und regionale Produkte durch unsere Botschafterinnen für Agrarprodukte beworben.

Kontaktperson: Carmen Rouhiainen (siehe Seite 2)

Natürlich schön – Was steckt in meiner Kosmetik? – mit DIY-Anleitung für Pflegeprodukte

Wir schauen auf Inhaltsstoffe von Kosmetika und Pflegeprodukten und was wirklich drinsteckt. Dazu können Kosmetika, Produkte und ein Handy mitgebracht werden. Gemeinsam hinterfragen wir Werbeversprechen und Siegel der Kosmetikindustrie. Anschließend stellen wir Pflegeprodukte selbst her und gehen der Frage nach: Wie kann ich mich mit Produkten aus dem Küchenschrank selbst verwöhnen?



Seminar

Auf den Spuren unseres Plastikmülls

Plastikverpackungen sind weit verbreitet und beinahe unumgänglich. Doch die Probleme, die dabei weltweit für Umwelt und Gesundheit auftreten, werden immer deutlicher. Welche Wege unser Plastikmüll nimmt, welche Folgen dies hat und wie wir Müll und Plastikmüll vermeiden, das sind dabei die Themen.



Vortrag

Zu gut für die Tonne – Lebensmittelverschwendung

Jährlich werden weltweit zig Tonnen Lebensmittel weggeworfen. Auch Deutschland liegt weit vorne in der Auflistung. Im Impulsvortrag werden Fakten und Hintergründe aufgezeigt. Gemeinsam schauen wir auf unseren eigenen Umgang mit Lebensmitteln und erörtern Handlungsmöglichkeiten, um keine Lebensmittel (mehr) zu verschwenden.



Vortrag

ASG-Seminar: Nachhaltig leben – Pionierarbeit im ländlichen Raum

Diese Veranstaltung gemeinsam mit der Agrarsozialen Gesellschaft bietet die Möglichkeit, sich intensiv mit einem aktuellen Thema auseinanderzusetzen. (Änderungen vorbehalten)

Vo(r)m Standesamt zum Notar – Eherecht und Landwirtschaft

Für Paare in der Landwirtschaft mit und ohne Trauschein, die sich über die finanziellen Verpflichtungen und rechtlichen Konsequenzen einer Eheschließung informieren möchten.

Fachtag für Weingärtnerinnen / Winzerinnen

Der Fachtag greift aktuelle Themen aus dem Weinbau auf und gibt Gelegenheit zum fachlichen Austausch.

Optimal arbeiten im digitalen Agrarbüro

Die Digitalisierung hat längst Einzug in das Agrarbüro gehalten. Wie können digitale Programme, Clouds und Apps optimal genutzt werden, um den Büroalltag zu erleichtern und Verwaltungsaufgaben zu optimieren? Der Lehrgang vermittelt praxisnah, wie eine digitale Büroorganisation, Dokumentenmanagement und Buchhaltung unter Berücksichtigung von Datensicherheit sowie die Verwaltung von E-Mails, Aufgaben, Terminen und vielem mehr gelingen kann. Durch praktische Übungen erhalten die Teilnehmerinnen hilfreiche Tipps und Tools, um den digitalen Büroalltag effizient zu gestalten und digitale Programme für sich nutzen zu können.

Umfang: 8 Tage mit ca. 64 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten.



Seminar
in Kooperation mit



Seminar



Seminar



Lehrgang

*Förderung
möglich über



Gefördert
durch



Baden-Württemberg
MINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG, LÄNDLICHEN RAUM
UND VERBRAUCHERSCHUTZ



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Bienenprojekt ALOKA

Im Bienenprojekt „Aloka“, in Swahili heißt das „etwas, das Veränderung bringt“, wurden in Kenia in den vergangenen Jahren 92 Bienenhalterinnen geschult und mit Bienenkästen ausgestattet. Für die Honigernte und -aufbereitung wurde ein eigenes „Honighaus“ eingerichtet. Mit dem Honig und anderen Bienenprodukten soll die Ernährung und Gesundheit der Frauen und ihrer Kinder verbessert werden. Ausserdem kann durch den Honigverkauf ein dringend notwendiges Einkommen erzielt werden. In einem weiteren Schritt ging es um die gemeinsame Vermarktung des Honigs. Unter der Marke „Aloka Farm Honey“ wird der Honig in verschiedenen Packungsgrößen abgefüllt und vertrieben. Erfahrungen haben gezeigt, dass eine kontinuierliche Weiterbildung und die Ausstattung von allen Bienenhalterinnen mit Schutzkleidung wichtig sind, um einen guten Honigertrag zu erzielen. Hierfür freuen wir uns weiterhin über Spenden.

Weitere Informationen und Videoclips zum Projekt finden Sie im Internet unter:

<https://landfrauen-bw.de/projekte/>



Projekt

Frau, Familie und Gesellschaft

Der Bildungsbereich „Frau, Familie und Gesellschaft“ befasst sich mit Frauen, die unsere Gesellschaft gestaltet haben, mit konkreten gesellschaftspolitischen Fragen und lädt Sie ein, gemeinsam mit der Referentin zu diskutieren. Frauen und ihre Geschichten prägen unsere Gesellschaft. Ob als historische Persönlichkeiten, im Kampf für Geschlechtergerechtigkeit oder im digitalen Raum, Frauen sind präsent, doch häufig nicht bekannt.

Kontaktperson: Maria Püschel (siehe Seite 2)

Mit guter Kommunikation Beziehungen stärken **NEU!**

Zwischenmenschliche Beziehungen, seien sie privater oder beruflicher Art, entstehen durch Kommunikation und mit Kommunikation erhalten wir sie lebendig. Aber mit den falschen Worten können auch Beziehungen strapaziert oder gar zerstört werden. Wie „funktioniert“ Kommunikation? Wie kann ich vermeiden, dass das Gegenüber etwas persönlich nimmt, was ich sachlich meine? Wie kann ich Kritik anbringen, ohne dass sie verletzend wirkt?



Frauen in Balance – guter Umgang mit der Zeit

Arbeit, Haushalt, Kinder, Tiere, Garten, Eltern, Schwiegereltern... Frauen wollen auf allen Ebenen 100 Prozent leisten und stehen ständig zwischen Familie, Beruf, Ehrenamt und Alltag. Kein Wunder, dass der eigene Anspruch, allem gerecht zu werden, viele Frauen unter Druck setzt.

Inhalt:

Anregungen und Handwerkszeug mit für einen achtsamen und verantwortungsvollen Umgang mit sich und der Zeit, ohne ständig die Grenzen der Belastbarkeit zu erreichen.



Frauen, die Mut machen

In diesem Vortrag geht es um mutige Frauen aus dem deutschen Südwesten und ihre Lebensgeschichten. Mit welcher Willenskraft meisterten sie persönliche Niederlagen? Mit welcher Kraft überwandnen sie Hindernisse, die sich Ihnen in den Weg stellten? Und was können wir von Ihnen lernen? – Es ist ein Streifzug durch das Land auf der Spur von Frauen-Vorbildern.



Vortrag

Frauengruppen, die die Welt veränderten

Frauen können die Welt verändern! Wenn sie sich vernetzen, verbünden, organisieren, sind Frauen eine starke gesellschaftliche und politische Kraft. In diesem Vortrag lernen Sie Frauengruppen aus Geschichte und Gegenwart, aus Deutschland und der Welt kennen, die durch Mut, Beharrlichkeit und Intelligenz, aber auch durch Klugheit, Kreativität und Witz große Veränderungen bewirkten oder auch erzwangen.



Vortrag

Kommunalpolitische Seminare

In Kooperation mit den politischen Stiftungen bietet der LandFrauenverband Seminare zur politischen Bildung an.

Kontaktperson: Maria Püschel (siehe Seite 2)

Einstieg in die Kommunalpolitik

Dieses eintägige Seminar bietet den perfekten Einstieg, um in der Kommunalpolitik erfolgreich sein zu können. Hier erfahren Sie alle wichtigen Grundlagen, die Sie für Ihre Arbeit als Mandatsträgerin benötigen, lernen mehr über den Aufbau und die genauen Aufgaben einer Kommune, bekommen die Rechte und Pflichten des Gemeinderats vermittelt und verstehen das Umfeld einer politischen Kommune.

Effektive Pressearbeit

In der ehrenamtlichen Arbeit im Verein ist es unerlässlich, mit den Initiativen und Ideen die Öffentlichkeit zu erreichen. Dafür braucht man eine professionelle Pressearbeit und gute Kontakte zu den Medien. Das Handwerkszeug bekommen Sie in diesem praxisorientierten Seminar mit vielen Übungen.

- Schreiben für die Öffentlichkeit: Grundlagen und Sprache
- Professionelle Pressemitteilungen: Form und Inhalt
- Umgang mit den Medien: so gelingt die Zusammenarbeit

Souverän im Gemeinderat – Für Kommunalpolitikerinnen und solche, die es werden wollen

Sie wollen andere von Ihrem Standpunkt überzeugen? Das geht nur, wenn ich selbst von mir und meinem Standpunkt überzeugt bin! Klare Haltung zu zeigen ist die Aufgabe im (kommunal-)politischen Alltag. Das gilt sowohl inhaltlich mit überzeugender Argumentation als auch äußerlich mit einem gewinnbringenden Auftreten. Im Seminar wird genau das geübt. Wie nehme ich eine selbstsichere Haltung ein, wie setze ich meine Stimme bewusst ein und wie strukturiere ich meinen Beitrag bei spontanen Wortmeldungen. Ziel ist es, damit eine überzeugende und glaubwürdige Wirkung zu erreichen.



Seminar

in Kooperation mit



Seminar

in Kooperation mit



Seminar

in Kooperation mit



Persönlichkeitsentwicklung/ Lebensgestaltung

Kommunikation, Bewältigung herausfordernder Lebensabschnitte, die eigene Persönlichkeit reflektieren, mit mehr Mut im Leben stehen – all dies sind mögliche Themen dieses Bildungsbereiches. Stärkung der eigenen Persönlichkeit und Förderung des Verständnisses füreinander sind zentrale Anliegen.

Kontaktperson: Yvonne Schau (siehe Seite 2)

Geschickt verhandeln! Mit Diplomatie die eigenen Ziele durchsetzen NEU!

Die Veranstaltung richtet sich an Frauen, die ihre kommunikativen Fähigkeiten dahingehend verbessern möchten, dass sie ihre Bedürfnisse und Ziele wirksamer geltend machen können. Erfahren Sie, wie Sie emotional geladene und kontroverse Diskussionen erfolgreicher führen und tragfähige Kompromisse erzielen – sei es in der Familie, im Beruf oder im Ehrenamt. Praxisnahe Beispiele verdeutlichen den hohen Nutzen effektiver Verhandlungstechniken und Diplomatie im Alltag.



V
Seminar

Der Schlüssel zum Glück und Wohlbefinden liegt in uns

- Erkunden Sie, wie Kommunikation, Gedanken und Gefühle unsere Realität formen können.
- Entdecken Sie interaktiv und praxisnah Ihre innere Stärke.
- Erlernen Sie durch interaktive Übungen, wie Sie Ziele so formulieren, dass sie auch mit Motivation erreicht werden können.



Vortrag

Pädagogik

In wertschätzender Atmosphäre erhalten Eltern Informationen, tauschen sich untereinander aus und stärken sich gegenseitig. Sie erleben, dass es anderen ähnlich geht. Sie werden ermutigt, ihre vorhandenen Ressourcen wahrzunehmen. Elternbildung will Eltern helfen, ihre erzieherische und Alltagskompetenz zu stärken sowie ihre ganz persönliche Situation in der Familienarbeit zu reflektieren.

Kontaktperson: Yvonne Schau (siehe Seite 2)

Streiten gehört dazu...! Geschwisterbeziehungen: „Freud und Leid zugleich“

Geschwisterbeziehungen stellen die längsten Beziehungen im Leben dar. Sie kämpfen um einen guten Platz in der Familie. Sie vergleichen, bewerten, bewundern und müssen sich gegeneinander behaupten. Was lernen Geschwister voneinander und wie können Eltern die Konkurrenz mildern? Wie gelingt es, dass sich Geschwister im alltäglichen Zusammenleben unterstützen und positive Erfahrungen machen?

- Grundlegendes zum Thema Geschwister
- Entdecken Sie, wie unterschiedliche Geschwisterrollen zu verschiedenen Stärken und Herausforderungen führen können.
- Streiten gehört dazu ...! Lernen Sie den Methoden-Koffer für einen leichteren Umgang mit Konflikten in der Familie kennen.

Gemeinsam mit Spaß und Gelassenheit lernen – hilfreiche Strategien für Eltern

Hausaufgaben können manchmal für alle eine Herausforderung darstellen. Damit es nicht zu Frust führt, gibt es Wege, die es ermöglichen, eine positive Haltung gegenüber dem Lernen zu schaffen und Ihr Kind dabei stärkend zu begleiten. Wir werden hinterfragen, was bedeutet Lernen eigentlich? Welche Schülerfahrungen haben wir selbst gemacht? Inwieweit haben sie uns geprägt – Lust oder Frust? Was braucht unser Kind, um Freude am Lernen zu haben.



Seminar



Seminar

Mein Kind bringt mich auf die Palme! Wie komme ich da wieder runter? - Strategien und Fertigkeiten für ein starkes Familienteam

NEU!

Der Erziehungsalltag kann herausfordernd sein. Manchmal fühlt es sich so an, als würden die eigenen Kinder einen an die Grenzen bringen. Im Seminar werden kleine, wirkungsvolle Methoden vorgestellt, die den Erziehungsalltag erleichtern und das Familienteam stärken. In der Veranstaltung erfahren Sie mehr über positive und lösungsorientierte Kommunikation in der Familie, ein kooperatives Miteinander schaffen und Kinder zur selbstständigen Lösungssuche ermutigen sowie praktische Methoden für den Alltag.



V
Seminar

Das eigene Selbst stärken, Grenzen setzen, Aufgaben abgeben und Zeit für sich gewinnen – Ohne schlechtes Gewissen

NEU!

In unserem interaktiven Seminar entdecken und nutzen Sie Ihre inneren Stärken, um den täglichen mentalen Herausforderungen zu begegnen. Sie erlernen Strategien, um Arbeitslasten abzugeben, Grenzen zu setzen und mehr Zeit für Selbstfürsorge zu gewinnen. Sie erfahren, wie Sie hinderliche Glaubenssätze minimieren, Ihre innere Balance und Selbstwirksamkeit stärken und konkrete Handlungsschritte für eine fairere Verteilung und mentale Entlastung ergreifen können.



Seminar

Kluge Köpfe online! Eltern und Kinder gemeinsam stark im digitalen Raum

NEU!

In der digitalen Welt prägen soziale Medien wie TikTok, Instagram und YouTube den Alltag von Kindern und Jugendlichen. Doch diese Online-Welt birgt auch Risiken wie Suchtpotential, übergriffige Inhalte und negative Auswirkungen auf die Hirnentwicklung. Wir beleuchten in der Veranstaltung die fesselnden Mechanismen von Social Media und ihre Einflüsse auf das Gehirn und das Verhalten. Eltern erhalten wertvolle Informationen zur Aufklärung und präventiven Maßnahmen sowie Methoden und Strategien zur Förderung der Zusammenarbeit im Umgang mit digitalen Medien. Wir zeigen auch, wie unangemessene Inhalte erkannt und Kinder davor geschützt werden können.



Seminar

Gesundheit und Bewegung

Aktuelle Impulse der Entspannung und Bewegung werden aufgegriffen und gesundheitspolitische Aspekte diskutiert. Darüber hinaus werden über 600 Übungsleiterinnen im Verbandsgebiet betreut und ein umfangreiches Fortbildungsprogramm angeboten.

Kontaktperson: Aylin Bergemann (siehe Seite 2)

Selbstfürsorge - ist das nicht egoistisch?

„Nur wer für sich selbst gut sorgen kann, kann auch für Andere(s) gut sorgen.“

Nachgewiesenermaßen macht es glücklich, für andere da zu sein und sich zu kümmern. Aber wenn man selbst auf der Strecke bleibt und sich vernachlässigt, können seelische und körperliche Probleme folgen. Wie können wir lernen, auf uns zu achten? Welche Hürden gibt es auf dem Weg zu guter Selbstfürsorge? Was sind die Energieräuber? Wie stärken ich meinen Optimismus? Wie setze ich Grenzen? Wirksame und alltagstaugliche Strategien werden vorgestellt und zahlreiche Anregungen für wohltuende Selbstfürsorge im Alltag aufgezeigt. Ein persönlicher Wohlfühlplan rundet das Ganze ab.

Gönn' Dir! - Ein Tag für mich!

Erst auspowern – dann neue Kräfte tanken. Der „Rundum fit“-Tag unter Frauen startet mit einem informativen Teil zum Thema „Selbstfürsorge“. Danach geht es mit dem richtigen Maß an Sport und Entspannung weiter. Gewählt werden kann aus den Bausteinen Herz-Kreislauftraining, Kräftigung der Muskulatur, Trendsportarten, Entspannung und Gesundheitsthemen.

Faszinierende Faszien – ein Vortrag zum Mitmachen

In wenigen Punkten werden Faszien erklärt: Was machen Faszien? Wie funktionieren sie? Welche Aufgaben haben Faszien und wie kann ich sie trainieren? Ein Vortrag mit kleinen Übungen, um zu spüren, was mit Faszien-Training gemeint ist.



Vortrag



Seminar



Vortrag

Der Beckenboden im Alltag – Bedeutung, Aufbau, Probleme und nützliche Tipps

Ein gesunder Beckenboden weiß, was er zu tun hat: die inneren Organe halten, die Körperöffnungen verschließen und ein vitaler Impulsgeber für die Körperhaltung und -bewegung sein.

Schlechte Haltung, Übergewicht, langes Sitzen oder Stehen, schweres Heben und eine schlechte Körperhaltung schwächen den Beckenboden. Aber auch ein Beckenboden mit zu viel Spannung kann dadurch insuffizient sein.

Im Seminar werden Aufbau und Funktion des Beckenbodens in einfachen und verständlichen Worten erklärt. Die Praxis legt besonderen Fokus auf die Wahrnehmung, Kräftigung und Entspannung des Beckenbodens. Nützliche Tipps für den Alltag runden das Seminar ab.

Eigene Resilienz stärken – weil du es dir wert bist!

Resilienz wird häufig als Widerstandsfähigkeit übersetzt. Bezogen auf den Menschen beschreibt es die Fähigkeit, auch in herausfordernden Zeiten wie Krisen oder Katastrophen zu bestehen, gesund zu bleiben und den Alltag, auch wenn er stressig ist, gut zu meistern. Aber was ist Stress? Was bedeutet Resilienz? Im Seminar gibt es einen Überblick über die verschiedenen Resilienzfaktoren. Zudem wird geschaut, wie stressige Situationen besser gemeistert werden können und wie die eigene Stressempfindung umgedeutet werden kann. Übungen, die das eigene Wohlbefinden steigern sowie Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen runden das Seminar ab.

Fünf Esslinger – Sturzprävention

Dieser Vortrag informiert über Sturzursachen und zeigt anhand von Bewegungsübungen auf, wie Stürze dauerhaft vermieden werden können.



Seminar



Seminar



Vortrag

Eine gesunde Stimme bis ins hohe Alter

Mit dem Alter verändert sich auch die Stimme. Sie wird schwächer und im Extremfall bleibt sie ganz weg. Es gibt allerdings Wege, eine gute Stimme zu erhalten und eine schwache Stimme wieder zu stärken. Ein Anti-Aging-Programm für die Stimme!



Fit von Kopf bis Fuß!

Mit Bewegungen, Gehirnjogging und Spaß werden neue Verbindungen im Gehirn geschaffen und so die Gehirnleistung gesteigert. Dadurch erhöht sich die Konzentration und Vieles im Alltag fällt leichter. Theoretisch und praktisch wird gezeigt, wie das Gehirn arbeitet und dadurch funktions-, lern- und lösungsfähig ist. Bei den Kombinationsübungen ist das Scheitern erwünscht!



Veranstaltungsreihe „Wechseljahre“ (für Kreisverbände)

Früher oder später betrifft es jede Frau – die Wechseljahre – doch es wird wenig darüber gesprochen. Mit der Veranstaltungsreihe haben Kreisverbände die Möglichkeit, ein attraktives, umfassendes Angebot zu erstellen und zum Thema „Wechseljahre“ gezielt Frauen in dieser Lebensphase anzusprechen. Gleichzeitig erhalten die Teilnehmerinnen Gelegenheit zum Austausch.

Wir unterstützen Sie gerne bei der Planung der Veranstaltungsreihe.

Themen der Veranstaltungsreihe:

- Körperliche Veränderungen und Möglichkeiten der gesundheitlichen Begleitung
- Bewegung in den Wechseljahren
- Leichter durch die Wechseljahre mit einer angepassten Ernährung
- Die Wechseljahre als Chance in der persönlichen Entwicklung



Trittsicher durchs Leben

Trittsicher durchs Leben wendet sich an ältere Menschen, die im ländlichen Raum leben. Seit Frühjahr 2014 entstehen im Verbandsgebiet Württemberg-Baden Kurse. Dazu sprechen sich die LandFrauenvereine mit den Sportvereinen vor Ort bezüglich des Raumes, der Zeit, der TeilnehmerInnenvoraussetzungen und der Werbemaßnahmen ab. Pro Kurs können zehn bis zwölf Personen teilnehmen.

Umfang der Kurse: sechs Einheiten à 90 Minuten.

Die Kurse stehen allen älteren Menschen unabhängig von der Krankenkassenzugehörigkeit offen und sind für alle Teilnehmenden kostenlos.

Weitere Informationen finden Sie unter:

www.trittsicher.org



Projekt

mit Unterstützung
von



Kultur

Im Fachbereich Kultur werden Anreize gesetzt, die Welt aus einer neuen Perspektive zu betrachten. Sei es, indem das Besondere im Alltäglichen gesucht wird und ganz bewusst etwas Alltägliches wie das Schreiben praktiziert wird oder der Alltag im Museum oder bei einem Theaterseminar für einige Stunden in den Hintergrund tritt.

Kontaktperson: Rabea Zahn (siehe Seite 2)

Mit KI in die Zukunft oder die Zukunft mit KI

NEU!

Künstliche Intelligenz wird als „zukunftsweisende Technologie“ bezeichnet, deren Anwendung in allen gesellschaftlichen Bereichen erwartet wird. Steht uns eine digitale Revolution bevor oder hat KI bereits seit langem Einzug in unseren Alltag gehalten?

Um Künstliche Intelligenz greifbar zu machen, wird im Seminar ein grundlegendes Verständnis über KI vermittelt. Dabei werden die Fragen beantwortet, was KI überhaupt ist, wo sie bereits eingesetzt wird und wie wir uns selbst Künstliche Intelligenz zu Nutze machen können. Daneben wird sich den Risiken sowie ethischen Aspekten gewidmet, als auch rechtliche Aspekte betrachtet.



Seminar

Ist das Kunst oder kann das weg? Über Frauen in der Kunst

NEU!

Obwohl Frauen seit jeher kreativ tätig sind, wurden ihre Werke und Beiträge oft übersehen oder gar vergessen. Auch heute noch wird die Kunstwelt weniger von Frauen geprägt. Von der Renaissance bis zur Moderne gibt es aber unzählige Geschichten von talentierten Frauen, deren Kunstwerke berühren und inspirieren. Anhand ausgewählter Künstlerinnen begeben wir uns auf eine Zeitreise durch die Kunstgeschichte, betrachten Frauen als Wegbereiterinnen und erleben Kunst als Spiegel der Gesellschaft.

Kunst gehört uns allen: Erobern wir gemeinsam den unsichtbaren Künstlerinnen ihren Platz im Rampenlicht und holen Kunst aus seiner elitären Ecke.



Vortrag

Frauen im Film – vor und hinter der Kamera

NEU!

Die Frau im Film wird vor allem meist auf ihre äußerlichen Reize reduziert: sexy und schön. Doch schon seit den Anfängen des Films arbeiten viele Frauen in der Traumfabrik – nicht nur als Schauspielerinnen, sondern auch als Regisseurinnen, Kamerafrauen, Produzentinnen oder als Kino-Betreiberinnen. Der Vortrag beleuchtet die vielfältigen Beiträge von Frauen sowohl vor als auch hinter der Kamera: Von den frühen Pionierinnen, über ikonische Schauspielerinnen hinzu den oft übersehenen Editorinnen, Kamerafrauen und Komponistinnen, deren Arbeit für die Magie des Kinos unerlässlich ist. Lassen wir uns inspirieren von Geschichten über kreative Visionen, Durchhaltevermögen und die bahnbrechenden Erfolge von Frauen, die die Filmindustrie nachhaltig geprägt haben.



Vortrag

Museumsseminare

Neues entdecken oder Altes mit einem neuen Blick betrachten: Kunst, Kultur, Geschichte und Gesellschaft, all das ist in Museen erlebbar.

Nach Absprache können Seminare in Museen und Ausstellungen vor Ort angeboten werden.



Seminar

Das Erzählcafé

Im Erzählcafé wollen wir Geschichten, Erfahrungen und Erinnerungen austauschen. Gerne dürfen die Teilnehmerinnen Fotos und Gegenstände mitbringen. Erzählcafés können zu individuellen Themen angeboten werden. Die Erzählcafés sind bei der Bildungsreferentin buchbar, aber es gibt auch vor Ort Referentinnen, die wir gerne vermitteln.



Seminar

Wenn der Wecker nicht mehr klingelt

Das Angebot richtet sich an Frauen, die sich auf ihr Berufsende hin neu orientieren wollen und auf der Suche sind nach einer neuen Standortorientierung. Es geht um Fragen wie: Wer bin ich? Was ist mir wertvoll? Was benötige ich? Durch die veränderte Zeiteinteilung werden neue Perspektiven sichtbar. Es gilt persönliche Interessen, Fähigkeiten und Felder für ein (ehrenamtliches) Engagement auszuloten. Es entstehen Gruppen mit mindestens 12 Teilnehmerinnen, die ihr Programm gemeinsam gestalten und umsetzen. Eine Koordinatorin vor Ort übernimmt die Projektleitung.

Bei der Auftaktveranstaltung bringen die Teilnehmerinnen ihre Wünsche und Ideen aus den verschiedenen Bereichen ein und einigen sich außerdem auf den Veranstaltungszeitraum. Das Programm sollte verschiedene Themenfelder beinhalten.



Projekt

Qualifizierungsschulungen - Fit fürs Ehrenamt

Die ehrenamtliche Tätigkeit stellt ein unverzichtbares Element der Bildungsarbeit der LandFrauen dar. Unter „Fit fürs Ehrenamt“ werden Qualifizierungsschulungen für Ortsvorsitzende, Vorstandsmitglieder, Schriftführerinnen und Kassiererinnen angeboten, um sie zu befähigen, ihr Ehrenamt erfolgreich auszuführen.



Für die Qualifizierungsschulungen in Präsenz kann eine betriebliche Freistellung nach dem Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg beantragt werden.

Grundlagen der Vereinsführung

Diese Qualifizierungsschulung richtet sich an neue Ortsvorsitzende und Vorstandsmitglieder, die einen Überblick über ihre Aufgaben als Führungskraft und die Verbandsstruktur erhalten möchten. Anhand des „Leitfadens für die Vereinsarbeit“ werden Inhalte wie Vereinsrecht, Vereinsführung im Team, Finanzierung und Formulare vermittelt.

Abrechnung von Bildungsveranstaltungen – Formulare und Formulierungen

In dieser Qualifizierungsschulung wird auf Kapitel 8 des „Leitfadens für die Vereinsarbeit“ eingegangen. Im Mittelpunkt stehen Förderrichtlinien und Abrechnungsmodalitäten von Bildungsveranstaltungen sowie Formulierungshilfen für die Ausschreibung von Bildungsthemen.

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Protokollführung

Diese Qualifizierungsschulung richtet sich an Schriftführerinnen und alle Vorstandsmitglieder, die sich mit dem Thema Presse- und Öffentlichkeitsarbeit beschäftigen. Inhalte sind Presseberichte schreiben, die Aufgaben als Schriftführerin, Protokollführung, Tätigkeitsbericht und Bildungsprogramm.



Kontaktperson:
Maria Püschel

Kontaktperson:
Yvonne Schau



Kontaktperson:
Maria Püschel

Kontaktperson:
Yvonne Schau



Kontaktperson:
Rabea Zahn

Buchführung und Steuerrecht

In dieser Qualifizierungsschulung lernen Kassiererinnen, worauf sie bei der Mitgliederabrechnung, Buchführung und Steuer achten müssen.

Christine Zendler führt Präsenzs Schulungen in folgenden Kreisverbänden durch: Crailsheim, Enzkreis, Gaildorf, Heidelberg, Heilbronn, Hohenlohe, Karlsruhe, Main-Tauber, Mannheim, Neckar-Odenwald und Schwäbisch Hall.

Darüber hinaus führt sie auch **Online-Schulungen** durch.



Kontaktperson:
Christine Zendler

Vereinsmarketing – Zukunftsfähigkeit im Ortsverein

Die Vorstandschaft lernt in dieser Qualifizierungsschulung die Grundlagen und Instrumente eines erfolgreichen Vereinsmarketings kennen. Theoretische Grundlagen werden anhand von LandFrauenbeispielen praxisnah veranschaulicht. Das Wissen soll aktiv in die LandFrauenarbeit einfließen und Führungskräfte befähigen, ihren Ortsverein zukunftsfähig aufzustellen.



Kontaktperson:
Rabea Zahn

Internet und Soziale Netzwerke im LandFrauenverein

Wer in der Vorstandschaft eines LandFrauenvereins mitwirkt, kommt heute um Internet und Soziale Netzwerke kaum noch herum. Viele Frauen sind regelmäßig im Netz unterwegs und informieren sich dort über aktuelle Bildungsangebote. Diese Qualifizierungsschulung vermittelt einen Einblick in die Welt von Internet und Social Media.



Kontaktperson:
Rabea Zahn

Canva

Flyer selbst gestalten.

Sonja Winkler führt Präsenzs Schulungen für die Kreisverbände Göppingen, Heidenheim, Ostalb, Schwäbisch Gmünd

Tanja Maurer führt Online-Schulungen durch.

Website-Baukasten für Kreisverbände und Ortsvereine

Der Landesverband bietet mit dem Website-Baukasten für alle Kreisverbände und Ortsvereine die Möglichkeit, mit einer auf der Basis von WordPress fertig gestalteten und entwickelten Vorlage eine eigene Homepage zu erstellen. Diese kann nach dem Besuch dieser Schulung selbst mit Bildern, Texten und Terminen befüllt werden.

Vereinsmanager – Einführung in das EDV-Programm für die LandFrauenvereine

In Zusammenarbeit mit den IT-LandFrauen wird eine Einführung in die Arbeit mit dem Vereinsmanager angeboten. Die Schulung zeigt, wie durch die EDV-gestützte Vereinsverwaltung Tätigkeitsberichte erstellt, Mitglieder verwaltet und Mitgliedsbeiträge eingezogen werden können.

Die Ortsvorstandschafft als Kompetenzteam

Ein gutes Vorstandsteam zu sein bedeutet: Gut aufeinander eingespielt zu sein, sich in seinen Stärken zu ergänzen und gemeinsame Ziele zu verfolgen. Schwerpunkte der Qualifizierungsschulung sind wertschätzende Kommunikation, Aufgabenteilung nach Interesse und Qualifikation, zielorientierte Vorstandssitzungen, Verbandsaktivitäten auf allen Ebenen. Es sollten mehrere Frauen aus einer Ortsvorstandschafft teilnehmen.

Kontaktperson:
Sonja Winkler
E-Mail: winkler.sonja@
onlinehome.de



Kontaktperson:
Tanja Maurer
E-Mail:
maufe@t-online.de



Kontaktperson:
Coretta Albrecht
(siehe Seite 41)

Kontaktperson:
Christine Böhmerle
E-Mail: boehmerle@
landfrauen-enzkreis.
info

Sonja Winkler
E-Mail: winkler.sonja@
onlinehome.de

Kontaktperson:
Maria Püschel

Kontaktperson:
Yvonne Schau

Kontaktperson:
Aylin Bergemann

Amtsübergabe - wie kann der Übergang für alle befriedigend gestaltet werden?

Eine Neu-Besetzung der Positionen in der Vorstand-schaft ist immer mit zahlreichen Veränderungen verbunden: die „Alten“ haben das Wissen und die Erfahrung, die „Neuen“ haben ihre eigenen Vorstellungen. In diesem Seminar lernen Sie, wie sie Wissen und Verantwortlichkeiten effizient übertragen und dabei die Kontinuität und Stabilität des Vereins wahren und Neues zulassen können für den Weg in eine gute Zukunft.

Besprechungen, Sitzungen und Diskussionen erfolgreich moderieren

In der Vereinsarbeit müssen wir in Arbeitsgruppen zu Entscheidungen und Ergebnissen kommen. Eine erfolgreiche Moderation ist hierzu der Schlüssel.

Inhalte:

- mit Kommunikationstechniken die Beteiligung der Teilnehmer aufrechterhalten und fördern;
- mit Fragetechniken auf das Ziel gerichtet bleiben;
- Widerstände aufnehmen und integrieren, sodass Ergebnisse von allen mitgetragen werden;
- mit professionellem Visualisieren das Protokoll erleichtern.

Rhetorik: Konfliktmanagement – Umgang mit schwierigen Situationen im Ehrenamt

Immer da, wo Menschen mit unterschiedlichen Wünschen, Vorstellungen und Erwartungen aufeinander-treffen, kann es zu Konflikten kommen. Konflikte sind per se nicht etwas Schlechtes, sie beinhalten die Chance zur Auseinandersetzung, Klärung verschiedener Sichtweisen und zur Weiterentwicklung. Damit sie nicht eskalieren, braucht es Konfliktmanagement. Ziel ist nicht, den Streit zu gewinnen, sondern gegenseitiges Verständnis zu wecken und sinnvolle Kompromisse einzugehen oder vielleicht sogar zum Konsens zu kommen.

Kontaktperson:
Maria Püschel

Kontaktperson:
Maria Püschel

Kontaktperson:
Aylin Bergemann

Rhetorik: Stimmlich überzeugen – in Beruf, Alltag und Ehrenamt

„Es kommt nicht nur darauf an, was man sagt, sondern auch, wie man es sagt.“ - Die Stimme wird als Wirkungsmittel oft unterschätzt. Dabei haben Sprechweise und Stimmklang einen starken Einfluss darauf, wie das Gesagte wirkt und ob man sein Gegenüber als sympathisch, interessant oder vertrauenswürdig empfindet. Die Stimme ist Ihr größtes Kapital und gerade als Führungskraft ein effizientes Werkzeug, das helfen kann, die eigene Wirkung und Durchsetzungsfähigkeit um ein Vielfaches zu erhöhen.

Fortbildung Juniorgruppenleiterinnen

Juniorgruppenleiterinnen erhalten Anregungen zur Arbeit mit ihren Gruppen, Informationen zu Unterstützungsmöglichkeiten durch den Landesverband sowie Erfahrungsaustausch zu Programmen, Aktionen und Projekten.

Kontaktperson:
Aylin Bergemann

Kontaktperson:
Yvonne Schau

Qualifizierungsschulungen nur für Kreisvorstandschafte

Die Kreisvorstandschafte als Kompetenzteam – Erfolgsfaktoren für die Vorstandsarbeit

Im Mittelpunkt dieser Schulung stehen die Themen: Wertschätzende Kommunikation, Aufgabenteilung nach Interesse und Qualifikation, zielorientierte Vorstandssitzungen sowie Kenntnisse über Verbandsaktivitäten auf allen Ebenen.

Kontaktperson:
Maria Püschel

Amtsübergabe - wie kann der Übergang für alle befriedigend gestaltet werden?

Eine Neu-Besetzung der Positionen in der Vorstandschafte ist immer mit zahlreichen Veränderungen verbunden: die „Alten“ haben das Wissen und die Erfahrung, die „Neuen“ haben ihre eigenen Vorstellungen. In diesem Seminar lernen Sie, wie sie Wissen und Verantwortlichkeiten effizient übertragen und dabei die Kontinuität und Stabilität des Vereins wahren und Neues zulassen können für den Weg in eine gute Zukunft.

Kontaktperson:
Maria Püschel

Wie können wir unsere Ortsvereine bei der Zukunftssicherung unterstützen? – Qualifizierungsschulung für eine Kreisvorstandschafte

Gemeinsam werden die Fragen bearbeitet: Wann gehen wir auf einen gefährdeten Ortsverein zu? Wie gehen wir auf ihn zu? Wie gelingt das Gespräch?

Kontaktperson:
Maria Püschel

Besprechungen, Sitzungen und Diskussionen erfolgreich moderieren

In der Vereinsarbeit müssen wir in Arbeitsgruppen zu Entscheidungen und Ergebnissen kommen. Eine erfolgreiche Moderation ist hierzu der Schlüssel.

Inhalte:

- mit Kommunikationstechniken die Beteiligung der Teilnehmer aufrechterhalten und fördern
- mit Fragetechniken auf das Ziel gerichtet bleiben
- Widerstände aufnehmen und integrieren, sodass Ergebnisse von allen mitgetragen werden
- mit professionellem Visualisieren das Protokoll erleichtern

Kontaktperson:
Maria Püschel

Juniorbildung

Die Bildungsreferentinnen des Bildungs- und Sozialwerks des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e. V. bieten Seminare zu verschiedenen Themen der Juniorbildung an, jedoch nicht im Kinderferienprogramm der Gemeinden.

Seminardauer und Kosten:

jeweils 9.30 bis 15.00 Uhr oder 14.00 bis 19.00 Uhr (6 Unterrichtseinheiten)

Kosten: 5 Euro Juniormitglieder

10 Euro Nichtmitglieder

Spiel, Sport und Spaß – ein bewegter Tag in der Sporthalle

Einen Sporttag für Kinder gestalten und aus folgenden Bausteinen wählen: „Jump Rope (Seilspringen), Tanzen, Hochintensives Intervalltraining (HIIT), Workout mit und ohne Geräte, kleine und große Spiele zur Gruppenförderung, Yoga, Achtsamkeit und Entspannung.

Entdeckungsreise durch die Welt von Kakao und Schokolade

Wer kann ihr schon widerstehen, der Schokolade, unserer liebsten Süßigkeit in Deutschland? Woher kommt sie eigentlich und aus welchen Zutaten wird sie gemacht? Von der Bohne bis zur Tafel: Wir schauen uns den Weg von der Kakaobohne bis zur Schokolade an. Dabei entdecken wir spannende Geschichten. Mit Verkostung und eigenen Schokoladenkreationen.

Umfang: 4 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten.



Seminar

Kontaktperson:
Aylin Bergemann



Seminar

Kontaktperson:
Carmen Rouhiainen

Junge LandFrauen

Seit 2018 unterstützt das Bildungs- und Sozialwerk des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e. V. die deutschlandweite Initiative des Deutschen LandFrauenverbandes der „Jungen LandFrauen“.

Ziel ist es, jungen Frauen aufzuzeigen, welchen Mehrwert sie mit ehrenamtlicher Arbeit für die eigene Persönlichkeit erreichen und wie sie das Leben in den LandFrauenvereinen bereichern können. Gleichzeitig wird das Ziel verfolgt, bestehende „Junge LandFrauen“ aus einzelnen Kreisverbänden und Ortsvereinen besser zu fördern und andernorts ähnliche Prozesse anzustoßen. Das Bildungs- und Sozialwerk möchte, dass die Interessen und Ideen der jungen Frauen sichtbar und greifbar werden. „Junge LandFrauen“ sollen sich über Orts- und Kreisgrenzen hinaus miteinander vernetzen können.



Ansprechpartnerin bei Fragen zur Initiative „Junge LandFrauen“

Yvonne Schau

Veranstaltungen auf Landesebene

Besuchen Sie bitte regelmäßig unsere Website unter:
<https://landfrauen-bw.de/veranstaltungsthema/landesverband/>
Veranstaltungen, die bei Drucklegung des Bildungsprogramms noch nicht vorlagen sowie alle Informationen zu den Veranstaltungen auf Landesebene werden rechtzeitig auf unserer Website ausgeschrieben.

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Protokollführung

Qualifizierungsschulung für Schriftführerinnen und Vorstandsmitglieder. Beschreibung siehe Seite 25.

Grundlagen der Vereinsführung

Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder. Beschreibung siehe Seite 25.

Abrechnung von Bildungsveranstaltungen – Formulare und Formulierungen

Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder. Beschreibung siehe Seite 25.

Vereinsmarketing – Zukunftsfähigkeit im Ortsverein

Wie rüsten sich Ortsvereine für eine erfolgreiche Zukunft?
Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder. Beschreibung siehe Seite 26.

Montag,
20.01.2025



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

Donnerstag,
23.01.2025



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

Montag,
27.01.2025



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

Dienstag,
04.02.2025



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

ASG-Seminar 2025: Nachhaltig leben – Pionierarbeit im ländlichen Raum

Diese Veranstaltung gemeinsam mit der Agrarsozialen Gesellschaft bietet die Möglichkeit, sich intensiv mit einem aktuellen Thema auseinanderzusetzen.
(Änderungen vorbehalten)

Vo(r)m Standesamt zum Notar – Eherecht und Landwirtschaft

Für Paare in der Landwirtschaft mit und ohne Trauschein, die sich über die finanziellen Verpflichtungen und rechtlichen Konsequenzen einer Eheschließung informieren möchten.

Kosten: 50 Euro pro Person inklusive Verpflegung.
Änderungen vorbehalten!

Buchführung und Steuerrecht

Qualifizierungsschulung für Kassiererinnen.
Beschreibung siehe Seite 26.

Internet und Soziale Netzwerke im LandFrauen- verein

Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder.
Beschreibung siehe Seite 26.

**Mittwoch,
12.02.2025 und
Donnerstag,
13.02.2025**

Ländliche Heim-
volkshochschule
74638 Waldenburg
in Kooperation mit



**Dienstag,
18.02.2025**

Ländliche Heim-
volkshochschule
74638 Waldenburg
9.30 bis 16.30 Uhr
in Kooperation mit



**Donnerstag,
20.02.2025**

Online-
Veranstaltung
18.00 bis 20.00 Uhr



**Dienstag,
25.03.2025**

Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr



AOK Frauenlauf

Frauenpower pur – LandFrauen laufen gemeinsam an diesem Lauf-Event. Weitere Informationen und Anmeldung unter:

<https://www.eventservice-stahl.de/>

Grundlagen der Vereinsführung

Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder.
Beschreibung siehe Seite 25.

Abrechnung von Bildungsveranstaltungen – Formulare und Formulierungen

Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder.
Beschreibung siehe Seite 25.

Fachtag für Weingärtnerinnen und Winzerinnen

Rund 28.000 Hektar Rebfläche findet sich in Baden-Württemberg. Der Weinbau ist ein großer Wirtschaftsfaktor im ländlichen Raum und prägt die Kulurlandschaft im Ländle. An diesem Fachtag für Weingärtnerinnen und Winzerinnen dreht es sich inhaltlich um neue Rebenzüchtungen, Vermarktung im Weinbau und digitale Neuheiten im Weinbau. Änderungen vorbehalten!

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Protokollführung

Qualifizierungsschulung für Schriftführerinnen und Vorstandsmitglieder. Beschreibung siehe Seite 25.

**Datum und Ort
werden noch be-
kanntgegeben**

**Dienstag,
13.05.2025**



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

**Donnerstag,
22.05.2025**



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

**Datum und Ort
werden noch be-
kanntgegeben**

**Mittwoch,
24.09.2025**



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

Grundlagen der Vereinsführung

Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder.
Beschreibung siehe Seite 25.

Abrechnung von Bildungsveranstaltungen – Formulare und Formulierungen

Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder.
Beschreibung siehe Seite 25.

Buchführung und Steuerrecht

Qualifizierungsschulung für Kassiererinnen.
Beschreibung siehe Seite 26.

Vereinsmarketing – Zukunftsfähigkeit im Ortsverein

Wie rüsten sich Ortsvereine für eine erfolgreiche Zukunft?
Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder.
Beschreibung siehe Seite 26.

Internet und Soziale Netzwerke im LandFrauen- verein

Qualifizierungsschulung für Vorstandsmitglieder.
Beschreibung siehe Seite 26.

**Donnerstag,
25.09.2025**



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

**Mittwoch,
08.10.2025**



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

**Donnerstag,
09.10.2025**



Online-
Veranstaltung
18.00 bis 20.00 Uhr

**Mittwoch,
15.10.2025**



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

**Donnerstag,
13.11.2025**



Online-
Veranstaltung
17.00 bis 21.00 Uhr

Thesen zur Frauenbildung im LandFrauenverband Württemberg-Baden (siehe auch Leitfaden Kapitel 7.2)

Ein Leben lang lernen

Um die gesellschaftlichen Entwicklungen im Allgemeinen und im Ländlichen Raum im Besonderen gestalten zu können, ist Erwachsenenbildung notwendig und unerlässlich. Sie ermöglicht ein Innehalten, eine Auseinandersetzung mit sich selbst und der Welt und Orientierung. Sie fördert Selbstvertrauen und Selbstverantwortung. Im besten Falle verhilft sie einem Menschen dazu, in seiner Zeit und an seinem Platz sinnvoller zu leben. Jede Einzelne ist aufgefordert, sich zu bilden - ein Leben lang.

Personaler Bildungsansatz

In der Erwachsenenbildung des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden wird der Mensch als Person mit all seinen körperlichen, geistigen, seelischen, emotionalen und kreativen Anteilen wahrgenommen und geachtet.

Bildungsarbeit fördert Mitverantwortung und bürgerschaftliches Engagement

Erwachsenenbildung stabilisiert das demokratische Staatswesen, in dem sie dazu beiträgt, dass Menschen sich als freie, mündige und gestaltende Bürgerinnen und Bürger begreifen und zum Handeln befähigt werden. Insbesondere die Themen, die sich mit Demokratiebildung auseinandersetzen, stärken den gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Bildungsarbeit im Wandel – Teilnehmerinnenorientierung

Das Mitgliederspektrum in den LandFrauenvereinen ist heute weitaus breiter als noch vor zwei oder drei Jahrzehnten. Die meisten der Mitgliedsfrauen sind heute berufstätig, sie gehören verschiedenen Generationen an, leben in ganz unterschiedlichen Lebens- und Familienformen, haben verschiedene Wertorientierungen, Religionen und auch Nationalitäten. Diesen Entwicklungen wird durch eine intensive Teilnehmerinnenorientierung Rechnung getragen. Sie findet ihren Niederschlag in einem erweiterten Themenspektrum, in analogen und digitalen Angeboten, in neuen Formen (Aktionen, Flashmobs, Blogdiskussionen...) und Methoden und dem Angebot von Kinderbetreuung.

Bildung vor Ort ermöglichen – niedrigschwelliger Zugang

Der Schwerpunkt der Bildungsarbeit liegt auf der Ortsebene. Dort haben Mitglieder und Nichtmitglieder einen schnellen und mühelosen Zugang zu den stattfindenden Angeboten. Die potenziellen Teilnehmerinnen werden bei der Vorbereitung und Planung als mitgestaltende Partnerinnen einbezogen.

Bildungsarbeit ist Lernen in Gemeinschaft

Menschen sind soziale Wesen, die aufeinander angewiesen sind. Die volle Entfaltung menschlichen Lebens ist nur in Verbundenheit mit anderen Menschen möglich. Die Bildungsarbeit im LandFrauenverband legt den Fokus auf die direkte Begegnung und den persönlichen Austausch. Sie hat den Anspruch, das menschliche Miteinander und das Verständnis füreinander zu fördern. Dies betrifft sowohl das Miteinander der verschiedenen Geschlechter, Generationen, Berufe, Familienformen, Religionen und Nationalitäten im Verein, als auch das Miteinander in der Gesellschaft und der Welt.

Begegnung auf Augenhöhe - Orientierung am Empowerment-Ansatz

Bildungsarbeit ist Beziehungsgeschehen und lebt von Vertrauen. Sie braucht fachkompetente, begeisterungsfähige und wertschätzende Referentinnen und Referenten

- die einen transparenten, partizipativen und interaktiven Bildungsansatz praktizieren,
- die die Fähigkeiten der Teilnehmerinnen fördern und einbeziehen,
- die die vorhandenen Ressourcen würdigen, zur Selbstbefähigung ermutigen und Gestaltungs- und Handlungskompetenz eröffnen,
- die den Dialog fördern und den Mehrwert des Voneinander- und Miteinanderlernens in der Lerngemeinschaft erlebbar machen.

Der Nachhaltigkeit verpflichtet

Nachhaltigkeit im Sinne von sozialer Verantwortung ist ein zentrales Anliegen der Bildungsarbeit. Die 17 UN-Nachhaltigkeitsziele fordern zu einer sozial-ökologischen Transformation in den Bereichen Ökologie, Ökonomie, Soziales und Politik auf. Die angestrebten Ziele sind Gerechtigkeit (lokal wie global, heute und für nachfolgende Generationen) sowie Ressourcenschonung und Umweltverträglichkeit. Es geht darum, nicht nur Inhalte zu diesen Aspekten anzubieten, sondern als Einrichtung diese Inhalte umzusetzen.

Neue Medien nutzen – Teilhabe ermöglichen

Bildungsarbeit lebt von Kommunikation und Austausch, welche immer mehr auch digital stattfindet. Jüngere Menschen bewegen sich darin selbstverständlicher als ältere. Der LandFrauenverband will allen Mitgliedsfrauen Teilnahme und Teilhabe ermöglichen und bietet in diesem Bereich verstärkt Kompetenzschulungen an.

Das Prinzip der Ehrenamtlichkeit

Die Bildungsarbeit im LandFrauenverband Württemberg-Baden wird vor Ort von Ehrenamtlichen geplant und organisiert. Ca. 10 Prozent aller 50.000 Mitglieder sind ehrenamtlich in Führungsaufgaben engagiert. Führte früher eine Ortsvorsitzende den Verein, so wird heute ein Verein im Team geführt. D.h. Frauen verschiedenen Alters, verschiedener Berufe und Interessengruppen kooperieren miteinander zum Wohle aller. „Im Miteinander die Vereinsleitung auf Zeit übernehmen“ lautet die Empfehlung.

Das Bildungszeitgesetz in Baden-Württemberg (BZG BW)

Seit 1. Juli 2015 haben Beschäftigte einen Anspruch darauf, sich zur Weiterbildung von ihrem Arbeitgeber bis zu fünf Tage pro Kalenderjahr unter Fortzahlung des Arbeitsentgeltes für Bildungszeit freustellen zu lassen. Die Zahl der Tage richtet sich nach der wöchentlichen Arbeitszeit. Dies gilt für berufliche und politische Bildung sowie für Qualifizierungen im Ehrenamt.



Das Bildungs- und Sozialwerk des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e. V. ist für Qualifizierungen im Ehrenamt anerkannt.

Folgende Bildungsangebote erfüllen die Voraussetzungen dafür:

- Fit fürs Ehrenamt
- Gemeinderätinnenseminare
- Übungsleiterinnenlehrgänge

Voraussetzung sind sechs Stunden Unterrichtszeit pro Tag.

Der Antrag auf Bildungszeit muss mit dem entsprechenden Programm beim Arbeitgeber spätestens neun Wochen vor dem (ersten) Veranstaltungstermin gestellt werden. Ein Beschäftigungs- bzw. Ausbildungsverhältnis muss seit mindestens 12 Monaten bestehen.

Unter <https://landfrauen-bw.de/bildung/bildungswerk/> finden Sie weitere Informationen sowie das Antragsformular zum Download.



= Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg kompatible Veranstaltung

Veranstaltungen mit dieser Kennzeichnung erfüllen die Voraussetzungen dafür.

Nähere Informationen auch unter: www.bildungszeit-bw.de

Anmeldung zu Bildungsveranstaltungen auf Landesebene

Anmeldungen zur Teilnahme an Bildungsveranstaltungen auf Landesebene:

Anmeldungen können nur mit kompletter Angabe folgender Daten berücksichtigt werden:

- Datum und Titel der Veranstaltung
- Name, Vorname
- Anschrift mit PLZ und Wohnort
- Telefon und E-Mail-Adresse
- Ortsverein, in dem Sie Mitglied sind

Bei Veranstaltungen mit Teilnahmegebühr bitte zusätzlich:

- Angabe Ihrer Bankverbindung (IBAN und BIC)

Per E-Mail an: **anmeldung@landfrauen-bw.de**
möglichst mit Anmeldebogen der jeweiligen Veranstaltung
(Download von der Homepage)

Per Online-Anmeldung unter: **www.landfrauen-bw.de**

Bitte beachten Sie die jeweilige Anmeldefrist der Veranstaltungen!

Eine Teilnahmebestätigung erhalten Sie nach Ablauf der Anmeldefrist.

Teilnahmegebühren

- Gebühren für Veranstaltungen auf Landesebene werden (wenn nicht anders angegeben) nach der Veranstaltung per SEPA-Lastschrift abgerechnet.
- Sie leisten keine Vorauszahlung.
- Der Rücktritt von einer Veranstaltung muss uns bis spätestens zwei Arbeitstage nach dem jeweiligen Anmeldeschluss vorliegen, damit Ihnen keine Kosten entstehen. Falls bei Rücktritt nach diesem Termin keine Ersatzperson einspringt, wird die Teilnahmegebühr fällig.
- Online-Veranstaltungen sind für Mitglieder des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e. V. kostenfrei.
Für Nichtmitglieder beträgt die Teilnahmegebühr 10 Euro.

Unsere AGB können Sie einsehen unter
<https://landfrauen-bw.de/veranstaltungen/agb/>

Bildungs- und Sozialwerk des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

Olgastraße 83
70182 Stuttgart
Tel.: 0711-248927-0
E-Mail: info@landfrauen-bw.de
Internet: www.landfrauen-bw.de

Petra Fetzer

Tel.: 0711-248927-30
E-Mail: fetzer@landfrauen-bw.de
Landesgeschäftsführerin

Sven Walz

Tel.: 0711-248927-11
E-Mail: walz@landfrauen-bw.de
Finanzbuchhaltung, Versicherung

Katja Waibl

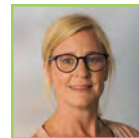
Tel.: 0711-248927-0
E-Mail: waibl@landfrauen-bw.de
Geschäftsführungsbereich, Datenschutz,
Verbandszeitung INFO

Coretta Albrecht

Tel.: 0711-248927-12
E-Mail: albrecht@landfrauen-bw.de
Bildungsmarketing, Seminarverwaltung, EDV

Pierre Schmidt

Tel.: 0711-248927-13
E-Mail: schmidt@landfrauen-bw.de
Referentinnen- und Referentenabrechnungen,
Kursabrechnungen



Bildungs- und Sozialwerk des
LandFrauenverbandes
Württemberg-Baden e.V.
Olgastraße 83
70182 Stuttgart
Tel.: 0711-248927-0
E-Mail: info@landfrauen-bw.de
www.landfrauen-bw.de

