

Erziehung und Familie

- **Die 7 Fallen in der Erziehung - und wie man sie vermeidet (online)**

Vortragssseminar

Meckern, schimpfen, kritisieren ist nur eine von sieben Erziehungsfallen. Kinder miteinander vergleichen ist ein weiterer Fallstrick in der Erziehung von Kindern. Sind Sie gespannt auf die weiteren Fallen und auf Wege, die Fallen zu umgehen? Das Alter Ihres Kindes spielt dabei keine Rolle. Als kleiner Erinnerungshelfer für zuhause gibt es die sieben Erziehungsfallen am Ende in schriftlicher Form als Handout.

Referentin: Ulrike Strubel, Erzieherin, Erwachsenenbildnerin, systemischer ElternCoach

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spam-Ordner prüfen!

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

Ort: Online
Referent/in: Ulrike Strubel
Gebühr: 15,00 €

I105004Z01 Termin(e): 1 x am Fr. 27.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr

- **Wenn Eltern getrennte Wege gehen - Was brauchen die Kinder? (online)**

Vortragssseminar

Mit dem Modell vom "Familien-Haus" können Eltern bereits Kindergarten-Kindern das Thema Trennung/Scheidung anschaulich begreifbar machen. Die Referentin stellt außerdem 20 Bitten von Kindern an ihre nach-wie-vor-Eltern vor. Ein interessanter Abend für Mütter und Väter, die getrennt erziehend unterwegs sind. Die 20 Bitten gibt es am Ende als kleinen Erinnerungshelfer als Handout.

Referentin: Ulrike Strubel, Erzieherin, Erwachsenenbildnerin, systemischer ElternCoach

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spam-Ordner prüfen!

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

Ort: Online
Referent/in: Ulrike Strubel
Gebühr: 15,00 €

I105005Z01 Termin(e): 1 x am Fr. 15.11.24, 20.00 - 21.30 Uhr

- **Hochsensible Kinder begleiten (online)**

Vortragssseminar

Hochsensible Kinder erleben die Welt intensiver und detaillierter als andere Kinder, da sie ein empfindsameres Nervensystem haben. Sie sind z.B. oft sehr phantasievoll und haben ein gutes Gespür für die Stimmungen anderer. Unter zu viel Hektik und der Vielfalt von Alltagsreizen leiden sie schnell. Das bedeutet für Eltern und Erzieher*innen eine größere Herausforderung im Alltag, feinfühlig die Bedürfnisse der Kinder wahrzunehmen und passende Rahmenbedingungen zu schaffen, um nicht "in Watte zu packen" aber auch nicht zu überfordern. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr darüber, wie Sie Hochsensibilität bei einem Kind erkennen und es in seiner Entwicklung mit dieser besonderen Begabung unterstützen können.

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

Ort: Online
Referent/in: Daniela Heil
Gebühr: 12,00 €
Termin(e): 1 x am Fr. 20.09.24, 18.30 - 20.45 Uhr

I105019Z01

- **Kinder im Autismus-Spektrum...wenn manches einfach anders ist und trotzdem gut (online)**

Vortragssseminar

Autismus ist ein "Spektrum", in dem sich jeder der 1 bis 2 Prozent autistischen Menschen voneinander unterscheidet und einzigartig ist. Häufig besitzen Kinder im Autismus-Spektrum eine andere Art der Wahrnehmungsverarbeitung, des Denkens und des sozialen Miteinanders. Manchmal zeichnen sie sich durch besondere Verhaltensweisen aus, die für nicht-autistische Menschen auf den ersten Blick vielleicht nicht verständlich sind.

Erfahren Sie an diesem Abend, was Autismus überhaupt ist und welche Herausforderungen und Stärken mit dieser Diagnose verbunden sein können. Lernen Sie Kinder im Autismus-Spektrum besser verstehen und erhalten Sie wertvolle Impulse, diese Kinder zu unterstützen.

Dieser Kurs findet online über zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spam-Ordner prüfen!

Benötigt werden: Laptop oder PC mit Internetzugang, Webcam, Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

Ort: Online
Referent/in: Daniela Heil
Gebühr: 12,00 €

I105020Z02 Termin(e): 1 x am Do. 10.10.24, 18.30 - 20.45 Uhr

Klimawoche / Begrünungsreihe

- **Wie kommt die Sonne in Tank und Heizung? (online im Rahmen der Klimawoche)**

Vortrag

Elisabeth Foit von der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz informiert darüber, welche Anforderungen an eine Photovoltaik-Anlage gestellt werden und wie das Zusammenspiel der verschiedenen Nutzungen gelingen kann. Ergänzend erklärt sie die Benutzung des Solarkatasters des Landes Rheinland-Pfalz. Im Anschluss stehen die Organisatorinnen der Veranstaltung aus dem Rhein-Pfalz-Kreis und der Stadt Frankenthal zusammen mit der Referentin für Fragen und Diskussionen bereit.

Die Veranstaltung findet im Rahmen der "Klima-Woche" vom 7. Oktober bis zum 10. Oktober 2024 statt. An vier Abenden werden Handlungsempfehlungen in Sachen Klimaschutz und Klimaanpassung vermittelt, die sich im Alltag umsetzen lassen. Die Veranstaltungen werden gemeinsam organisiert von Klima-Ansprechpersonen und den Volkshochschulen des Rhein-Pfalz-Kreises, der Stadt Ludwigshafen, der Stadt Neustadt an der Weinstraße, der Stadt Frankenthal und der Stadt Speyer in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz.

Ort: Online
Referent/in: Elisabeth Foit
Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e): 1 x am Mo. 07.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

I104200Z01

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

- **Welche Heizung passt zu mir? (online im Rahmen der Klimawoche)**

Vortrag

Harms Geißler, Energieberater der Verbraucherzentrale, erläutert die Vorgaben des Gebäudeenergiegesetzes, stellt mögliche Heizsysteme vor und geht auf Investitions- und Betriebskosten sowie Förderprogramme ein. Er erklärt zudem, wie mit der Vorgabe aus dem Gebäudeenergiegesetz umgegangen werden kann und sollte, dass künftige Heizungen zu mindestens 65 Prozent mit erneuerbaren Energien betrieben werden müssen. Im Anschluss stehen die Organisatorinnen der Veranstaltung aus dem Rhein-Pfalz-Kreis und der Stadt Frankenthal zusammen mit dem Referenten für Fragen und Diskussionen bereit.

Die Veranstaltung findet im Rahmen der "Klima-Woche" vom 7. Oktober bis zum 10. Oktober 2024 statt. An vier Abenden werden Handlungsempfehlungen in Sachen Klimaschutz und Klimaanpassung vermittelt, die sich im Alltag umsetzen lassen. Die Veranstaltungen werden gemeinsam organisiert von Klima-Ansprechpersonen und den Volkshochschulen des Rhein-Pfalz-Kreises, der Stadt Ludwigshafen, der Stadt Neustadt an der Weinstraße, der Stadt Frankenthal und der Stadt Speyer in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz.

Ort: Online
Referent/in: Harms Geißler, Tina Müller
Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e): 1 x am Di. 08.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

I104201Z01

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

- **Mobilität der Zukunft (online im Rahmen der Klimawoche)**

Vortrag

Prof. Dr. Maximilian Fichtner, Professor an der Universität Ulm, Direktor des Helmholtz-Instituts Ulm und bekannt aus diversen öffentlichen Beiträgen, stellt verschiedene Aspekte und aktuelle Entwicklungen der Forschung rund um das Thema Mobilität der Zukunft dar. Dabei wird unter anderem von den verschiedenen Antriebstechnologien und Energieträgern wie E-Fuel, Wasserstoff, Batterie bis hin zu verschiedenen, denkbaren elektrochemischen Stromspeicheralternativen ein einmaliger Einblick in die aktuelle Forschung, die Potentiale und die noch bestehenden Herausforderungen für die interessierten Teilnehmerinnen und Teilnehmer ermöglicht. Begleitet wird der Abend von den Stabsstellen Klimaschutz der Städte Neustadt an der Weinstraße und Ludwigshafen. Im Anschluss an den Vortrag stehen sie zusammen mit dem Referenten für Fragen und Diskussionen bereit.

Die Veranstaltung findet im Rahmen der "Klima-Woche" vom 7. Oktober bis zum 10. Oktober 2024 statt. An vier Abenden werden Handlungsempfehlungen in Sachen Klimaschutz und Klimaanpassung vermittelt, die sich im Alltag umsetzen lassen. Die Veranstaltungen werden gemeinsam organisiert von Klima-Ansprechpersonen und den Volkshochschulen des Rhein-Pfalz-Kreises, der Stadt Ludwigshafen, der Stadt Neustadt an der Weinstraße, der Stadt Frankenthal und der Stadt Speyer in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz.

Ort: Online
Referent/in: Prof. Dr. Maximilian Fichtner
Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e): 1 x am Mi. 09.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

I104202Z01

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

- **Grün statt Grau - Dach, Fassade und Balkon klimagerecht begrünen (online im Rahmen der Klimawoche)**

Vortrag

"In unserem Online-Vortrag dreht sich alles ums Grün am Haus", sagt Bettina Niestrath, Fachreferentin für Klimawandel und Klimaschutz bei der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz. Warum ist eine Begrünung von Fassade oder/und Dach sinnvoll, was muss ich beim Bepflanzen beachten und wie sieht es mit der Balkonbepflanzung aus? Regionale Besonderheiten ergänzen die Klimaschutzmanagerin der Stadt Speyer sowie die Klimaanpassungskordinatorin der Stadt Ludwigshafen. Gerne können Fragen bereits im Vorfeld zugesendet werden, aber auch nach dem Vortrag wird es Zeit für Diskussionen geben.

Die Veranstaltung findet im Rahmen der "Klima-Woche" vom 7. Oktober bis zum 10. Oktober 2024 statt. An vier Abenden werden Handlungsempfehlungen in Sachen Klimaschutz und Klimaanpassung vermittelt, die sich im Alltag umsetzen lassen. Die Veranstaltungen werden gemeinsam organisiert von Klima-Ansprechpersonen und den Volkshochschulen des Rhein-Pfalz-Kreises, der Stadt Ludwigshafen, der Stadt Neustadt an der Weinstraße, der Stadt Frankenthal und der Stadt Speyer in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz. Sie ist gleichzeitig der erste Teil der Reihe "Grün statt Grau - Klimafreundliches Grün am und ums Haus" von Stadt Ludwigshafen und Rhein-Pfalz-Kreis. Teil 2 "Wassersparend und klimafreundlich: Der (Vor-)Garten als Schwamm" findet am 29.10.2024 statt.

Ort: Online
Referent/in: Bettina Niestrath
Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e): 1 x am Do. 10.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

I104203Z01

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

- **Wassersparend und klimafreundlich: Der (Vor-)Garten als Schwamm (online)**

Vortrag

Haben Hausbesitzer*innen die grundlegende Bedeutung des privaten Grüns in ihren (Vor-)Gärten für das Mikroklima in den Kommunen erkannt, stehen sie oftmals vor der großen Herausforderung einer nachhaltigen Umsetzung. Bei lang anhaltenden sommerlichen Hitzeperioden, aber gleichzeitig immer häufiger auftretendem Starkregen kann die Pflanzenauswahl sowie der Umgang mit Wasser zur Herausforderung werden. An diesem Abend mit Gartenplanerin Elke Blänsdorf geht es um praktische Lösungen, wie z.B. das Auffangen und Speichern von Regenwasser, effektive Tipps zur Bodenverbesserung, die klimafreundliche Gestaltung von Wegen und Sitzplätzen und eine trockenheitsresistente Bepflanzung. Sie gestaltet seit vielen Jahren nachhaltige Gärten und ist spezialisiert auf nachhaltige Wassernutzung. Die Klimaanpassungskordinatorin der Stadt Ludwigshafen ergänzt lokal-spezifische Angebote.

Diese Veranstaltung ist der zweite Teil der Reihe "Grün statt Grau - Klimafreundliches Grün am und ums Haus" von Stadt Ludwigshafen und Rhein-Pfalz-Kreis. Teil 1 "Dach, Fassade und Balkon klimagerecht begrünen" findet zusammen mit der Stadt Speyer im Rahmen der Klimawoche am 10.10.24 statt.

Ort: Online
Referent/in: Elke Blänsdorf
Gebühr: frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e): 1 x am Di. 29.10.24, 18.30 - 20.00 Uhr

I104210Z01

Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

Was Demokratie mit Meinungsfreiheit zu tun hat – eine Online-Reihe von Volkshochschulen mit der ARD

Allgemeine Informationen zur Reihe:

Journalismus und Demokratie sind eng miteinander verbunden. Einige Zusammenhänge sind allgemein bekannt, andere lohnt es genauer zu erkunden. Die digitale Seminarreihe von Volkshochschulen und ARD nimmt acht verschiedene Blickwinkel ein, um in diesem Superwahljahr ins Gespräch zu kommen: Was Meinungs- und Pressefreiheit mit Demokratie zu tun haben?

Die Referentinnen und Referenten freuen sich nach den etwa einstündigen Vorträgen auf Ihre Ideen und Anregungen, Ihre Fragen und Ihr konstruktives Feedback.

- **Investigativrecherche: So arbeiten Investigativ-Reporter*innen (online im Rahmen der Reihe "Was Demokratie mit Meinungs- und Pressefreiheit zu tun hat" von Volkshochschulen mit der ARD)**

Ein Impulsvortrag mit anschließender moderierter Diskussion unter Einbeziehung von Publikumsfragen.

Einblicke in den Alltag echter Investigativ-Reporter*innen. Was kommt als Thema in Frage? Was heißt überhaupt "investigativ recherchieren"? Welche Grenzen gibt es, welche Gefahren bestehen und was kann Berichterstattung bewirken? All diese Fragen klärt das Seminar und bietet Ihnen die Möglichkeit, weitere Fragen zu stellen.

Referent*innen: Caroline Uhl und Niklas Resch (SR)

Die Veranstaltung wird über Slido gestreamt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

Ort:	Online
Referent/in:	Caroline Uhl, Niklas Resch
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e):	1 x am Do. 10.10.24, 18.00 - 19.30 Uhr

I102150Z01

- **Sichere Quellen, starke Demokratie - Recherche als Beruf(ung) - Werkstattbericht der Rechercheinheit von Information, Dokumentation und Archive (SR/SWR) (online im Rahmen der Reihe "Was Demokratie mit Meinungs- und Pressefreiheit zu tun hat" von Volkshochschulen mit der ARD)**

Ein Impulsvortrag mit anschließender moderierter Diskussion unter Einbeziehung von Publikumsfragen.

Lena Cara Wernhöfer ist Kulturanthropologin und arbeitet als Dokumentationsredakteurin für die HA IDA. Eva Matzel durchläuft derzeit das Volontariat zur Dokumentationsredakteurin und studierte zuvor den Master Digitale Methodik der Geistes- und Kulturwissenschaften. Beide sind Mitarbeiterinnen am IDA Desk, der Hauptannahmestelle für Anfragen, Rechercheaufträge und Services der Hauptabteilung Information, Dokumentation und Archive (IDA) des SWR und des SR - sie arbeiten also hinter den Kulissen. Durch das Mitwirken bei verschiedenen Rechercheprojekten verfügensie über Einblicke in unterschiedliche Redaktionen des SWR. Tätigkeiten wie Faktenchecks und umfangreiche Recherchen in den Bereichen Presse, Bewegtbild, Hörfunk und Social Media gehören zu ihren täglichen Aufgaben:

Was steckt heutzutage alles hinter der Erstellung eines Nachrichtenbeitrags, einer Dokumentation oder eines Podcast? Vor allem im Zeitalter von Deepfakes und anderen KI-generierten Inhalten wird eine ausführliche Recherche immer wichtiger. Als Rechercheur*innen der Hauptabteilung Information, Dokumentation und Archive (IDA) unterstützen wir Redaktionen im SWR bei der Recherche nach guten Quellen, den genauen Fakten und dem richtigen Bild- und Tonmaterial. Dafür recherchieren wir in eigenen und externen Datenbanken sowie im Internet.

Demokratie lebt von informierten Bürgerinnen und Bürgern. Eine freie und unabhängige Medienlandschaft ist daher unerlässlich, um die Öffentlichkeit mit verlässlichen Informationen zu versorgen und somit das Fundament unserer demokratischen Gesellschaft zu stärken. Mit unserer Arbeit stellen wir sicher, dass die journalistischen Inhalte des SWR auf gründlicher Recherche basieren und vertrauenswürdig sind. So tragen wir dazu bei, dass die Zuschauerinnen und Zuschauer gut informiert sind und fundierte Entscheidungen treffen können. Wir stellen den Arbeitsalltag am IDA-Recherche-Desk vor und zeigen, wie unsere Recherchen ins Programm einfließen - von der Themenfindung, über die Auswahl geeigneter Gesprächspartner*innen bis hin zur Verwendung von passenden Schnittbildern.

Die Veranstaltung wird über Slido gestreamt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

Ort:	Online
Referent/in:	Lena Cara Wernhöfer, Eva Matzel
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e):	1 x am Do. 24.10.24, 18.00 - 19.30 Uhr

I102151Z01

- **Public Value: Wie die ARD ihre gesellschaftliche Verantwortung begriff (online im Rahmen der Reihe "Was Demokratie mit Meinungs- und Pressefreiheit zu tun hat" von Volkshochschulen mit der ARD)**

Ein Impulsvortrag mit anschließender moderierter Diskussion unter Einbeziehung von Publikumsfragen.

Die ARD macht Programm auf alle relevanten Ausspielwegen. Mit diesem Programm will sie so viele Menschen wie möglich erreichen und trotzdem ist es nicht das Hauptaugenmerk des Tuns. Die ARD wird durch den Rundfunkbeitrag finanziert - im Vergleich mit privaten Medien ein großes Privileg. Daraus leitet sich aber gleichzeitig ab, dass die ARD der Gesellschaft dient. Das Seminar legt offen, inwiefern dieser Anspruch die tägliche Arbeit prägt und wie sehr Maßstab und Ziel des Handelns es ist, den demokratischen, sozialen und kulturellen Auftrag bestmöglich im Sinne der Bürger*innen dieses Landes zu erfüllen. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und eine angeregte Diskussion über Ihre Perspektive auf die unterschiedlichen Dimensionen von gesellschaftlicher Verantwortung.

Referent: Marc Heydenreich (GS)

Die Veranstaltung wird über Slido gestreamt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

Ort:	Online
Referent/in:	Marc Heydenreich
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e):	1 x am Do. 07.11.24, 18.00 - 19.30 Uhr

I102152Z01

- **ARD-Retro: nicht nur schwarz-weiß - Archivöffnung als Chance für die aktuelle Meinungsbildung (online im Rahmen der Reihe "Was Demokratie mit Meinungs- und Pressefreiheit zu tun hat" von Volkshochschulen mit der ARD)**

Ein Impulsvortrag mit anschließender moderierter Diskussion unter Einbeziehung von Publikumsfragen.

Ost-West-Konflikt, Atomkraft, Kriegsangst, Inflation, neue Technik, Fluchtbewegungen oder rasante gesellschaftliche Umwälzungen in Städten und Gemeinden: Alles Nachrichten von heute? Richtig - doch zugleich waren es Themen, die in den 50er und 60er Jahren die Gemüter bewegten - medial begleitet von den Reporter*innen der ARD direkt vor Ort - Tag für Tag. Vor allem die historische Regionalberichterstattung in

Magazinen wie der "Abendschau" vermittelt uns heute wie kaum andere Quellen den Zeitgeist einer Gesellschaft im Aufbruch und im Wandel, den Alltag der Menschen in allen Facetten.

ARD Retro - das Archivierungsprojekt des Öffentlich-rechtlichen Rundfunks - bringt diese Originalaufnahmen online. Beiträge der regionalen Berichterstattung bis in das Jahr 1965 sind seit 2020 in stetig wachsender Anzahl zu jeder Zeit kostenlos und dauerhaft auf den Streaming-Plattformen der ARD Mediathek und seit 2022 auch in der ARD Audiothek abrufbar. Die Beitragszahler*innen bekommen ihr Programm "zurück". Unter dem Label "Retro DDR Spezial" werden zusätzlich Inhalte des Deutschen Rundfunkarchivs wie die "Aktuelle Kamera" zugänglich gemacht.

In diesem digitalen Workshop bieten wir einen Blick hinter die Kulissen der ARD-Archivöffnung, geben Tipps für die inhaltliche Orientierung in den mittlerweile über 20.000 Beiträgen. Entdecken Sie mit uns gemeinsam das audiovisuelle Gedächtnis der 50er und 60er Jahre! Informatives von gestern als Inspiration für heute - Zeitgeschichte hautnah!

Referent*innen: Sara Tazbir (RBB), Christine Abt und Benjamin Alberts (SWR)

Die Veranstaltung wird über Slido gestreamt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

Halten Sie bitte neben Ihrem Erstgerät für die Videokonferenz auch ein Zweitgerät für das Interaktionstool Mentimeter bereit - am besten eignet sich dafür ein internetfähiges Smartphone!

Ort:	Online
Referent/in:	Sara Tazbir, Christine Abt, Benjamin Alberts
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e):	1 x am Do. 21.11.24, 18.00 - 19.30 Uhr

1102153Z01

- **Desinformationen entlarven: Tipps und Tricks gegen Fake News von den Faktenfindern der Tagesschau (online im Rahmen der Reihe "Was Demokratie mit Meinungs- und Pressefreiheit zu tun hat" von Volkshochschulen mit der ARD)**

Ein Impulsvortrag mit anschließender moderierter Diskussion unter Einbeziehung von Publikumsfragen.

Mit journalistischem Handwerk gegen Fake News - das ist die tägliche Herausforderung für die Faktenfinder bei der Tagesschau. Der Redakteur Pascal Siggelkow gibt in diesem Seminar fallbezogenen Einblick in die sensible Arbeit der Fact Checker, die u.a. direkt auf www.tagesschau.de/faktenfinder ausgespielt wird. Er stellt hilfreiche Profi-Tools und deren Anwendung vor und zeigt, wie auch Nicht-Journalist*innen Schritt für Schritt Desinformation entlarven und Fakten überprüfen können.

Die Veranstaltung wird über Slido gestreamt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

Ort:	Online
Referent/in:	Pascal Siggelkow
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e):	1 x am Do. 05.12.24, 18.00 - 19.30 Uhr

1102154Z01

- **Pressefreiheit: Ein Grundrecht wird bedroht (online im Rahmen der Reihe "Was Demokratie mit Meinungs- und Pressefreiheit zu tun hat" von Volkshochschulen mit der ARD)**

Ein Impulsvortrag mit anschließender moderierter Diskussion unter Einbeziehung von Publikumsfragen.

Die Pressefreiheit in Deutschland ist Artikel 5 im Grundgesetz verbrieft. Die ARD ist ein Garant für Pressefreiheit und Meinungsvielfalt. Trotz einer laut Reporter ohne Grenzen "zufriedenstellenden Lage" ist hierzulande die Pressefreiheit bedroht: Gewalt, Hatespeech, verbale Angriffe und Einschüchterungsversuche gegenüber Journalistinnen und Journalisten haben in den vergangenen Jahren zugenommen - im internationalen Vergleich belegt Deutschland nur noch Rang 21. Wie kann es sein, dass in einem demokratischen Land, in dem die Pressefreiheit grundgesetzlich verbrieft ist, Deutschland so weit nach hinten geraten ist? Welche Ursachen es gibt und vor allem aber, wie die ARD hier gegensteuern kann, ist Thema des Seminars.

Referent*innen: Dietmar Schiller, Nadya Luer (RBB)

Die Veranstaltung wird über Slido gestreamt. Vor Kursbeginn erhalten Sie einen Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben und ggf. den Spamordner prüfen.

Ort:	Online
Referent/in:	Dietmar Schiller, Nadya Luer
Gebühr:	frei (Anmeldung erforderlich)
Termin(e):	1 x am Do. 19.12.24, 18.00 - 19.30 Uhr

1102155Z01

Kommunikation – Persönlichkeitsentwicklung - Arbeitstechniken

- **Den Wortschatz trainieren: flüssig sprechen, auch in stressigen Situationen (online)**

Um uns flüssig mitzuteilen, müssen wir die passenden Wörter schnell finden. Manchmal fällt das gerade in wichtigen Situationen (vor Publikum, in Prüfungen, wenn viel davon abhängt) besonders schwer.

Wortschatztraining zeigt Ihnen wirkungsvolle Methoden und Trainingsmöglichkeiten, um sich einen raschen Zugriff auf Wörter zu verschaffen. Dadurch entwickeln Sie Ihren aktiven und passiven Wortschatz.

Teilnehmende des Schlagfertigkeitstraining können dieses Seminar auch als zusätzliches Trainingsforum nutzen.

Inhalte sind: kurzer theoretischer Hintergrund, Trainingsmethoden zur Entwicklung des Wortschatzes, Training in spezifischen Stresssituationen, Tipps und Anregungen für schwierige Gesprächssituationen, den gewonnenen Wortschatz gezielt und überzeugend einsetzen, Training, Training, Training...

Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.

Ort:	Online
Referent/in:	Matthias Dahms
Gebühr:	60,00 € inkl. Seminarunterlagen
Termin(e):	1 x am Do. 05.12.24, 18.30 - 21.30 Uhr

1500011Z02

- **Schlagfertigkeit: Von der Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden (online)**

Fallen Ihnen die passenden Worte zu spät ein? Haben Sie später die besten Ideen? Dann ist dieses Seminar für Sie gemacht. Schlagfertigkeit ist die Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden. Sie lernen, spontaner mit Ihrer Sprache umzugehen. Sie werden den aktiven Wortschatz spürbar erweitern, damit Sie auch in Belastungssituationen flüssig und treffend formulieren. Dadurch werden Sie mutiger, die passenden Worte zu sagen. Sie trainieren spontane, humorvolle und spritzige Antworten, die das Gegenüber verblüffen.

Dieses Impulsseminar gibt viele Anregungen für das Training zuhause, macht Sie wortgewandt, sicher und selbstbewusst. Das Online-Forum kann auch genutzt

werden, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

Inhalte sind: spontan mit Sprache umgehen, sicher und überzeugend argumentieren, die eigene Betroffenheit überwinden, Einwände schlagfertig behandeln und Wortschatz erweitern.

Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen
Termin(e): 1 x am Di. 22.10.24, 18.30 - 21.30 Uhr

1500012Z02

• **Smalltalk trainieren: Kontakte sicher und souverän aufbauen (online)**

Freundlich und offen auf Menschen zugehen: Viele Menschen wünschen sich diese Fähigkeit. So wird aus einem vielversprechenden Beginn vielleicht viel mehr. Möchten Sie geschäftlich oder privat mit Fremden leichter und charmant ins Gespräch kommen? Sie wollen sich vielleicht gegenseitig näher kennenlernen, eine sympathische Gesprächsatmosphäre aufbauen, Verbindungen knüpfen und Geschäfte anbahnen.

In diesem Seminar werden Strategien aufgezeigt, mit denen Sie aus einem allgemeinen Thema heraus ein interessantes Gespräch beginnen können. Sie werden trainieren, ansprechend von Ihren Fähigkeiten und Leistungen zu erzählen. Und Sie werden kommunikative Verhaltensweisen gezielt einsetzen, damit sich Menschen in Ihrer Gegenwart wohl fühlen, den Kontakt zu Ihnen suchen und ausbauen.

Seminarinhalte sind: den Gesprächseinstieg finden, Kontakte sicher aufbauen, auch zu Fremden, Ihr (Arbeits-) Leben interessant gestalten und darüber reden, spontan und unterhaltend sein, offene und versteckte Komplimente machen, Ihre Leistungen und Fähigkeiten in den Vordergrund stellen, kreativer werden und phantasievoller formulieren.

Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen
Termin(e): 1 x am Fr. 15.11.24, 18.30 - 21.30 Uhr

1500013Z02

• **Stärke, Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen (online)**

Fällt es Ihnen manchmal schwer, Forderungen durchzusetzen, im Mittelpunkt zu stehen, "nein" zu sagen oder die eigenen Fähigkeiten ins rechte Licht zu rücken? Mangelndes Selbstvertrauen kann eine Ursache sein: Sie erhalten oft nicht das, was Sie wollen. Sie werden von anderen überholt und ärgern sich oft im Nachhinein über sich selbst.

Die gute Nachricht: Selbstvertrauen lässt sich erlernen. Sie trainieren in dieser Online-Veranstaltung, sich selbst zu vertrauen, sich zu motivieren und das Ruder in die Hand zu nehmen. Sichere Argumentation, flüssiges Sprechen und Überzeugungskraft sind Ihre Partner. So gewinnen Sie Schritt für Schritt den Zugang zu den eigenen Kraftquellen und Ressourcen.

Der Workshop gibt Ihnen außerdem zahlreiche Tipps und Anregungen auch zur Umsetzung über das Seminar hinaus.

Inhalte sind: Ge- und Verbote für eine starke Persönlichkeit, vom Mut aus dem Schatten herauszutreten, die Rolle von Sprache und Körpersprache, Strategien der Motivation und der Selbstmotivation, Aufmerksamkeit erzeugen, souverän und überzeugend auftreten, Anregungen für karriereentscheidende Situationen

Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen
Termin(e): 1 x am Di. 24.09.24, 18.30 - 21.30 Uhr

1500015Z02

• **Vom Mitarbeitenden (Kollegen/Kollegin) zur Führungskraft (online)**

Häufig werden neue Führungskräfte ohne viel Vorbereitung "ins kalte Wasser geworfen". Gleichzeitig ändern sich Aufgaben und Erwartungen deutlich. In den Bereichen Umgang mit Mitarbeiter*innen, Ziele setzen und erreichen und Umgang mit Fehlverhalten wird führendes Handeln erwartet, wo bisher geführtes Verhalten passend war. Diese geänderten Anforderungen an die neue Führungskraft stellen die zentrale Herausforderung in der Führungspraxis dar.

Ziel der Veranstaltung ist es den Rollenwechsel aktiv zu managen. Außerdem werden schwierige Situationen in der Führungspraxis besprochen und trainiert. Tipps und Anregungen für die speziellen Situationen der Teilnehmenden runden das Seminar ab.

Seminarinhalte sind: Akzeptanz schaffen in der Rolle der Führungskraft, Erwartungen und Anforderungen an die moderne Führungskraft, kommunikatives Handwerkzeug, Techniken der Motivation und Selbstmotivation, Delegation über Zielvereinbarungen, Kontrolle und Motivation, Kritikgespräche und andere Instrumente der Verhaltensänderung

Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen
Termin(e): 1 x am Fr. 08.11.24, 18.30 - 21.30 Uhr

1500016Z02

• **Motivieren - Delegieren - Kritisieren**

Erfolgsfaktoren der Führungskraft (online)

Führungskräfte stehen heute unter starkem Erfolgsdruck. Dieses Seminar setzt an drei Erfolgsfaktoren an:

Motivieren

Die Führungskraft sollte motiviert sein und andere motivieren. Sie werden dazu Methoden und Werkzeuge kennenlernen. Damit schaffen Sie die Voraussetzung, dass auch die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen mit viel Freude Leistung erbringen.

Kritisieren

In vielen Unternehmen gibt es zu wenig Rückkopplung über erbrachte Leistungen. Regelmäßige Kritik und Anerkennung geben den Mitarbeitenden mehr Orientierung. Der Aufbau von Kritikgesprächen wird praxisnah dargestellt und trainiert.

Delegieren

Die beste Personalentwicklungsmaßnahme ist die Delegation anspruchsvoller Aufgaben. Hier erhalten die Teilnehmenden Gesprächsstrukturen, die verlässliche Absprachen ermöglichen.

Das Online-Seminar erarbeitet praktische Führungshilfen zu den drei Erfolgsfaktoren. Das Online-Forum kann auch genutzt werden, um aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden zu besprechen.

Inhalte sind: Herausforderungen für die moderne Führungskraft, Strategie zur Selbstmotivation, Mitarbeiter*innen nachhaltig motivieren, das "Können" und "Wollen" der Mitarbeiter*innen steigern, mit Kritik und Anerkennung zur Leistungssteigerung, Delegation als praktisches Führungsinstrument, Erfahrungsaustausch

Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen
Termin(e): 1 x am Do. 10.10.24, 18.30 - 21.30 Uhr

1500017Z02

Bei der ganztägigen Veranstaltung gibt es mehr Zeit fürs Training und nützliche Impulse zur individuellen Fallarbeit.

Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 115,00 €
inkl. Seminarunterlagen
Termin(e): 1 x am Sa. 30.11.24, 09.00 - 15.30 Uhr

1500020Z01

• **Workshop Moderation (online)**

Moderation ist die zielorientierte Steuerung einer Gruppe durch sachliche und/oder prozessorientierte Impulse. Wir reflektieren in diesem Seminar den Moderationsprozess zum Beispiel im Beruf, im Verein oder in der politischen Arbeit. Dabei spielen die Erfahrungen der Teilnehmenden eine wichtige Rolle. Auf dieser Basis werden Ideen und Strategien entwickelt und Fähigkeiten trainiert.

Wir beginnen mit der Organisation und der Motivation der Teilnehmenden, spannen den Bogen über die gesamte Arbeitsphase und enden mit der Reflexion. Zu jeder Phase erhalten Sie praktische Empfehlungen und Tipps.

Inhalte sind: die Moderation professionell vorbereiten, das rollenadäquate Verhalten von Moderator*in und Gruppenmitglied, die Autorität des Moderators / der Moderatorin steigern, unbeteiligte Gruppenmitglieder in den Prozess integrieren, sicher mit Vielredner*innen und Störungen umgehen, eine Lerneinheit gruppenbezogen strukturieren, die Gefühle der Gruppe steuern, Argumentation, Frage- und Einwandetechniken zielorientiert einsetzen, Kritik- und Streitgespräche sowie Diskussionen steuern.

Dieses Seminar findet gemeinsam mit anderen Volkshochschulen online über Zoom statt. Vor Kursbeginn erhalten Sie den Zugangslink per E-Mail. Bitte bei der Anmeldung unbedingt eine gültige E-Mail-Adresse angeben! Bitte prüfen Sie ggf. die E-Mails in Ihrem Spam-Ordner.

Ort: Online
Referent/in: Matthias Dahms
Gebühr: 60,00 €
inkl. Seminarunterlagen
Termin(e): 1 x am Di. 10.12.24, 18.30 - 21.30 Uhr

1500018Z02

• **Der Rhetorik-Workshop am Samstag: Sicher auftreten - überzeugend argumentieren - souverän ankommen (online)**

Wer in Reden und Verhandlungen überzeugend und sicher auftritt, erreicht seine Ziele leicht. Die besondere Herausforderung liegt darin, den Spannungsbogen so zu gestalten, dass das Gegenüber emotional berührt wird. Dann kann der Funke der Begeisterung überspringen. Besseres Argumentieren und sicheres Auftreten steigern Ihre Überzeugungskraft.

Sie erhalten viele Übungen, die Sie auch zuhause nutzen können, um Ihre rhetorischen Fähigkeiten zu entwickeln und Redeängste und Lampenfieber abzubauen.

Weitere Schwerpunkte dieses Workshops sind: mit Blackout und Störungen souverän umgehen sowie die Behandlung von Einwänden. Aktuelle Themen und schwierige Situationen der Teilnehmenden können ggf. besprochen werden.

Inhalte: die Wirkungsmittel (z.B. Haltung, Gestik, Mimik) überzeugend einsetzen, Reden oder Verhandlungen richtig aufbauen, der wirkungsvolle Einstieg, Redeängste und Lampenfieber abbauen, sicher argumentieren, Umgang mit Blackout, Störungen und Einwänden sicher begegnen