

Die LJ TrainerInnen



Regina Formeier
0664 / 60 25 96 55 21
regina.formeier@lk-stmk.at

Martin Geier
0664 / 73 45 82 16
geier@gmx.at



Christian Hiebler
0664 / 330 44 99
christian.hiebler@lk-stmk.at

Manuela Kainer
0699 / 11 16 48 95
m.kainer@trainingandstyling.at



Günther Kollau
0664 / 54 65 820
guenthero08@hotmail.com

Christina Landgraf
0664 / 28 21 838
christina.landgraf@aon.at



Hannes Robier
0650 / 42 03 011
hannes.robier@gmx.at

DI Andreas Streppl
0676 / 56 78 007
andreas.streppl@svb.at



Viktoria Zinner
0664 / 13 26 966
viktoria@zinner.cc

Neben den Seminarpaketen bieten die LJ TrainerInnen die Basisausbildung **4gewinnt** sowie viele weitere Seminare an.

Nähere Informationen dazu bekommst du auf der Homepage www.stmklandjugend.at sowie im LJ Referat!



Seminarpakete

Kurse für deine LJ Gruppe!

Infos und Buchung:

Landjugend Steiermark
Krottendorfer Straße 81
8052 Graz
Tel.: 0316 / 8050 – 7150
Fax: 0316 / 8050 – 7154
Mail: landjugend@lk-stmk.at
Web: www.stmklandjugend.at
ZVR-Zahl: 567010121



**Raiffeisen
Meine Bank**



Was sind Seminarpakete?

Seminarpakete sind fertig konzipierte Kurse mit vorgegebenen Inhalten und fixer Dauer. Du weißt also schon im Voraus, worum es im Seminar gehen wird, was du davon mitnehmen kannst und wie viel Zeit es in Anspruch nimmt.

Wer macht das?

Die einzelnen Seminarpakete werden von den LJ TrainerInnen der Landjugend Steiermark abgehalten. Die TrainerInnen stammen selbst aus der Landjugend und kennen daher die Organisation mit ihren Tätigkeiten und Veranstaltungen. Durch dieses Hintergrundwissen können die TrainerInnen gezielt auf die Teilnehmenden eingehen. Dabei entsteht kein Lehrer-Schüler-Verhältnis, sondern eine gemeinschaftliche Atmosphäre zwischen den Jugendlichen und den TrainerInnen.

Wie viel kostet das?

Die Seminarpakete kosten 120,- Euro (4 Stunden) bzw. 240,- Euro (8 Stunden) für die gesamte Gruppe. Die Kosten dafür können über das Bildungsbudget des Bezirks abgerechnet werden (sofern dieses für das Jahr noch nicht ausgeschöpft wurde).

Was hab ich zu tun?

Wenn du Seminarpakete für deine Gruppe buchen möchtest, brauchst du einfach nur den gewünschten Termin mit dem LJ Referat oder direkt mit dem/der gewünschten LJ TrainerIn zu vereinbaren und geeignete Örtlichkeiten für die Abhaltung der Kurse zu organisieren. Die Seminarpakete können ganzjährig gebucht werden. Es ist zu beachten, dass die Gruppe aus etwa zehn bis fünfzehn Personen bestehen soll.



Die Seminarpakete im Überblick

Begleitung von Vorstandsklausuren

- Ziel & Nutzen:
- Neue Akzente im Jahresprogramm setzen
 - Kennen lernen und gutes Zusammenarbeiten im Vorstand
- Inhalte:
- Erstellung des Jahresprogramms
 - Überdenken und Verbessern einzelner Veranstaltungen
 - Gruppendynamik & Teamarbeit
- Dauer:
- 8 Stunden

Erfolgreich Reden & Auftreten

- Ziel & Nutzen:
- Rhetorische Grundlagen erlernen
 - Sicherheit im Auftreten vor Publikum gewinnen
- Inhalte:
- Aufbau einer Rede
 - Kommunikationsmodelle
 - Mimik, Gestik, Körpersprache, Stimme, Sprechtechnik
- Dauer:
- Wahlweise 4 oder 8 Stunden

Veranstaltungen neu überdenken

- Ziel & Nutzen:
- Bestehende Veranstaltungen neu gestalten
- Inhalte:
- Ist-Analyse der bestehenden Veranstaltung
 - Kreatives Finden von neuen Ideen
 - Konkrete Ziele und Maßnahmen setzen
- Dauer:
- 8 Stunden

Unsere Ortsgruppe wächst – Mitgliederwerbung

- Ziel & Nutzen:
- Neue Mitglieder für die Landjugend gewinnen
- Inhalte:
- Möglichkeiten der Mitgliederwerbung
 - Ziele und Zielgruppen
 - Planung der künftigen Werbemaßnahmen
- Dauer:
- 4 Stunden

Sprich's an, aber richtig – Konfliktmanagement

- Ziel & Nutzen:
- Konflikte bewusst wahrnehmen
- Inhalte:
- Ursachen von Konflikten
 - Verschiedene Konfliktstufen
 - Erarbeitung von Lösungsmöglichkeiten
- Dauer:
- 4 Stunden

Ausgeglichen durchs Leben gehen – Stress- & Zeitmanagement

- Ziel & Nutzen:
- Zeit gut einteilen und so Stress vorbeugen
- Inhalte:
- Wechselwirkung von Spannung und Entspannung im Leben
 - Sinnvoller Umgang mit vorhandenen Zeitressourcen
 - Stressvermeidung & Stressbewältigung
- Dauer:
- 4 Stunden

Bekämpfe deinen inneren Schweinehund

- Ziel & Nutzen:
- Eigenmotivation steigern und den inneren Schweinehund überwinden
- Inhalte:
- Anzeichen von Motivationslosigkeit
 - Methoden zur Eigenmotivation
 - Positive Lenkung des inneren Schweinehundes
- Dauer:
- 4 Stunden

