

Persönlich weiterentwickeln?

Aber sicher! Mit renommierten Coaches Ziele erreichen und sich selbst weiterentwickeln

Krafttraining: Ich als Funktionärin – wie positioniere ich mich?

Als Frau und Unternehmerin wahrgenommen zu werden ist wichtig! Diese Wahrnehmung soll in ihrer Wirkung und Professionalität den Raum einnehmen, welcher tüchtigen, tollen Frauen zusteht. Es gibt dazu viele hilfreiche Tipps und Tricks wie man seine Persönlichkeit gut in Szene setzt um gesehen, gehört und wertgeschätzt zu werden. Ausstrahlung, Stärke und ein Miteinander stärken uns FunktionärInnen und bringen neuen Elan und Freude in unser Tun.

Inhalte:

- Mein Auftritt und meine Wirkung (Fremdbild – wie sehen mich andere)
- Guter Zustand – gutes Ergebnis!
- Wie kann ich mich selbst “hochfahren” und meine Energie und Motivation beeinflussen?
- Präsenz und Sichtbarkeit verstärken
- Körpersprache als äußere Haltung meines Mindsets
- Bühnenpräsenz im Heldenstatus
- Tipps und Tricks um “Kommunikationsmacht” zu erlangen
- Persönlichkeitstest für Führungskräfte
- Umgang mit “herausfordernden” Persönlichkeiten
- Positionieren in der Gruppe

Termin: Mittwoch, 05. Oktober 2022, 9 bis 17 Uhr

Ort: BSBZ Hohenems

Referent: Katrin Zechner

Kursbeitrag: € 49,00 pro Person (gefördert)

[Hier geht's direkt zur Anmeldung](#)

Projekte und Ziele erfolgreich umsetzen

Wenn Sie ein Projekt, eine Vision, eine Idee, ein unerreichtes Ziel mit sich herumtragen, ist das der optimale Zeitpunkt, sich in diesem Seminar einen Tag lang in einen Sprint zu begeben und mit hoher Motivation, klaren Ergebnissen und Aha-Erlebnissen in die Zukunft zu starten. Abgesehen von Inputs, Kreativphasen und Methoden mit der Gruppe wird jede/-r Teilnehmer/-in die eigenen Prozesse und Schritte seines persönlichen Projektes am individuellen Whiteboard mitbegleiten. Damit wird ein strukturiertes, flexibles und interaktives Arbeiten möglich.

Inhalte:

- Sprintmethoden
- agiles Selbst-Management

- Visionen und Ziele
- Weg von - Hin zu Energie
- Von der Idee zur Umsetzung
- Lösungsschritte mit "Wie-können-Wir"-Fragen
- Arbeitsblockaden lösen - Ziele erreichen
- Benchmarking
- Ressourcenarbeit

Termin: Donnerstag, 06. Oktober 2022, 9 bis 17 Uhr

Ort: BSBZ Hohenems

Referent: Katrin Zechner

Kursbeitrag: € 89,00 pro Person (gefördert)

[Hier geht's direkt zur Anmeldung](#)

Brücken bauen statt Gräben graben

Bäuerinnen und Bauern stehen - auch in ihrer unmittelbaren Umgebung - einer zunehmend kritischen Bevölkerung gegenüber. Toleranz und Verständnis sinken, Gräben werden tiefer und Konflikte schwerer. Dadurch leiden Lebens- und Arbeitsqualität. Was hilft beim Überwinden von „Gräben“? - Brücken natürlich! Wie wäre es mit Verständnis und Wertschätzung als wichtige Pfeiler, Einfühlungsvermögen als Brückengeländer und gute Gespräche als Weg zur anderen Seite?

Wissen, Erfahrungen und Übungen dazu sollen in diesem Workshop mehr Verständnis, weniger Konflikte und Entspannung im Umgang mit Andersdenkenden ermöglichen – auch gesellschaftlich wichtiger denn je!

Termin: Donnerstag, 24. November 2022, 9 bis 12 Uhr

Ort: BSBZ Hohenems

Referent: Josef Stangl

Organisiert von der Bäuerinnenorganisation Vorarlberg

[Hier geht's direkt zur Anmeldung](#)