

Beruf – Persönlichkeit – Gesundheit

Seminare & Kurse *1. Halbjahr 2020*

WILA – Wissenschaftsladen Bonn e.V.



Das WILA Bildungszentrum ist anerkannter Träger der Erwachsenenbildung und für sein Qualitätsmanagement zertifiziert nach Gütesiegel Weiterbildung. Wir bieten Veranstaltungen zur beruflichen Weiterbildung, zur Entwicklung der Persönlichkeit und im Bereich Gesundheit an. Unsere Angebote finden in Bonn, Köln oder Berlin statt.

WILA

Bildungszentrum

im Wissenschaftsladen Bonn

Hinter allen Projekten und Veranstaltungen des WILA Bonn steht das Ziel, Menschen zu ermutigen, ihr Wissen zu nutzen, um ihre natürliche und gesellschaftliche Umwelt sozial mitzugestalten. Deshalb arbeiten wir unabhängig, transdisziplinär und innovativ. Dieses Anliegen spiegelt sich im Angebot unserer Seminare und Fortbildungen.

Unsere Veranstaltungen finden überwiegend in unserem Hause in der Reuterstr. 157 – kurz vor der Reuterbrücke – in Bonn statt.

Einige Seminare führen wir an anderen Orten durch. Den Hinweis darauf finden Sie unter dem jeweiligen Seminar-Termin und auf unserer Website.

Die kompletten Seminartexte sowie weitere Informationen finden Sie auf:
www.wila-bildungszentrum.de

WILA Bildungszentrum im Wissenschaftsladen Bonn e.V.
Reuterstr. 157
53113 Bonn
0228 | 201 61 - 66
info@wila-bildungszentrum.de

Seminare und Kurse

Januar bis Juni 2020

Beruf und Erfolg

S. 04 - 25

Neu- und Uorientierung	S. 05
Projektmanagement	S. 09
Nachhaltigkeit und Diversity	S. 12
Reden, Moderieren, Schreiben	S. 13
PR und Marketing	S. 16
Digitale Medien nutzen	S. 18
Pädagogik und Ökologie	S. 20
Seminare für Frauen	S. 23
Abi, Studium, Promotion	S. 25

Persönlichkeit und Gesellschaft

S. 26 - 29

Persönlichkeit und Weiterentwicklung	S. 27
Kreatives Schreiben	S. 29

Gesundheit und Stressbewältigung

S. 30 - 32

Yoga	S. 31
Entspannung und Bewegung	S. 32

Ermäßigungen und Kontakt

S. 34 - 35

Beruf und Erfolg

Kurse und Seminare 2020

Egal ob Sie ein Seminar zur beruflichen Neuorientierung oder zur Erweiterung Ihrer Kompetenzen suchen, in unserem vielfältigen Angebot an Weiterbildungen werden Sie sicher fündig.

Hier bieten wir auch gezielte Seminare für Frauen an.

Neu- und Umorientierung

› **Mein Weg zu einer sinnerfüllten Arbeit** **Bestandsaufnahme, Anregungen, Erste Schritte**

Elisabeth H. Freund

Viele Menschen wünschen sich, berufliche Tätigkeit, persönliche Werte und Lebenssinn in Einklang zu bringen. Mit einer Bestandsaufnahme, einer Einschätzung des Spagats zwischen Wünschen und Notwendigkeiten, Anregungen und Übungen werden erste Schritte in diese Richtung vorbereitet.

Sa. 11.01.20, 10:00 - 18:00 Uhr 245,00 €

So. 12.01.20, 09:00 - 16:00 Uhr

Sa. 20.06.20, 10:00 - 18:00 Uhr 245,00 €

So. 21.06.20, 09:00 - 16:00 Uhr

› **Verdeckter Arbeitsmarkt?** **Den passenden Job durch pro-aktives Netzwerken entdecken**

Dr. Antje Schultheis

Wer ist es bei der Stellensuche ebenfalls leid, mit 100 anderen Bewerbungen zu konkurrieren und lange auf Rückmeldungen zu warten? 70 Prozent der Stellen werden über den sogenannten verdeckten Arbeitsmarkt vergeben. In diesem Workshop geht es um erfolgsversprechende Initiativbewerbungen und pro-aktive Netzwerk-Strategien zur Erschließung passender Jobs.

Fr. 31.01.20, 10:30 - 17:30 Uhr 130,00 €

› **Berufliche Orientierung, aktuelle Stellenangebote!**

Unser wöchentliches WILA Arbeitsmarkt-Heft im Abo Online oder per Post in Ihren Briefkasten:
www.wila-arbeitsmarkt.de

Neu- und Umorientierung

› **Vielleicht doch noch promovieren?**

Dr. Anouschka Strang

Dieses fachübergreifende Angebot richtet sich an alle, die diese Frage strategisch durchdenken möchten. Hier klären wir in kleiner Gruppe die individuelle Motivation, die realistischen Bedingungen und erstellen einen Projektplanentwurf.

Sa. 18.01.20, 10:00 - 18:00 Uhr

120,00 €

› **Einstieg in den Job für Geistes- und Sozialwissenschaftler/innen**

Annika Schneider

Dieser Strategie-Workshop mit unserer WILA-Arbeitsmarkt-Redaktionsleiterin richtet sich an Berufsein- oder Wiedersteiger/innen, die sich auf dem komplexen Arbeitsmarkt orientieren und positionieren wollen. Neben einem fundierten Überblick über den aktuellen Arbeitsmarkt erarbeiten Sie sich individuelle Ideen für die passenden Berufsfelder, Strategien für erfolgreiche Bewerbungen und Lösungsansätze für bisherige Hindernisse.

Fr. 27.03.20, 10:00 - 17:00 Uhr

130,00 €

Mi. 27.05.20, 10:00 - 17:00 Uhr

130,00 €

› **Freies Lektorat – Berufsfeld und Selbstständigkeit**

Dr. Valeska Henze

Das Seminar führt in die unterschiedlichen Arbeitsbereiche des freien Lektorats ein, bietet einen Überblick über das dynamische Umfeld der Textproduktion und vermittelt Strategien und Voraussetzungen für den Aufbau einer selbstständigen Tätigkeit.

Fr. 20.03.20, 10:00 - 17:30 Uhr

275,00 €

Sa. 21.03.20, 09:00 - 16:30 Uhr

Neu- und Umorientierung

› **Berufliche Neuorientierung mit der Kompetenzlandkarte**

Janine Kleidorfer

Wenn Sie sich beruflich weiterentwickeln oder neu orientieren wollen, unterstützt Sie dieser Orientierungsworkshop bei der Zielbestimmung und Entwicklung Ihrer beruflichen Perspektiven.

Fr. 06.03.20, 10:00 - 18:00 Uhr

220,00 €

Sa. 07.03.20, 09:00 - 16:30 Uhr

› **Unzufrieden mit dem Job? Wie man zur eigenen beruflichen Bestimmung kommt**

Günter Thoma

Ein Intensiv-Seminar für Menschen, die nicht länger in einem Job untergehen, sondern in einer neuen Arbeit aufgehen und zu sich kommen wollen. Entlang des Konzepts „Neue Arbeit“ identifizieren wir Alternativen und individuell erfüllende Aufgaben, um so zu einer wirklichen Veränderung in der eigenen beruflichen Biographie zu kommen.

Sa. 04.04.20, 10:00 - 17:00 Uhr

110,00 €

› **Sinnstiftende Tätigkeit im Non-Profit-Bereich: Einstiegswege in Entwicklungs- und Umweltorganisationen**

Dr. Antje Schultheis

Hier erhalten Sie Orientierung über den entwicklungs- und umweltpolitischen Arbeitsmarkt und Anregungen für mögliche Einstiegswege. Information darüber, wie dort Personalrekrutierung funktioniert und konkrete Tipps zur Stellensuche erleichtern Ihnen den Start in eine sinnstiftende Tätigkeit.

Fr. 11.09.20, 10:30 - 18:30 Uhr,

220,00 €

Sa. 12.09.20, 09:00 - 16:30 Uhr

Neu- und Umorientierung

› **Schärfen Sie Ihr Profil! ProfilPASS: Stärken kennen – Stärken nutzen.**

Johannes Rehner

Der Workshop hilft Ihnen, Ihre formal wie auch informell erworbenen Kompetenzen (Verhältnis etwa 30 zu 70 %) und die Interessensgebiete, in denen Sie sich beruflich gerne betätigen möchten, in einem systematisch-strukturierten Verfahren zu analysieren. Der ressourcenorientierte Ansatz lädt Sie ein, Ihre Stärken, die Sie gerne entfalten wollen, in den Blick zu nehmen.

Fr. 15.05.20, 10:00 - 18:00 Uhr 260,00 €

Sa. 16.05.20, 09:00 - 17:00 Uhr

inkl. PROFILPASS-Ordner und individueller Beratungssitzung

Fr. 18.09.20, 10:00 - 18:00 Uhr 260,00 €

Sa. 19.09.20, 09:00 - 17:00 Uhr

inkl. PROFILPASS-Ordner und individueller Beratungssitzung

› **Bewerbungscafé**

Wechselnde Referent/innen

Einmal im Monat treffen sich arbeitssuchende Akademiker/innen im WILA Bonn.

Aktuelle Infos: www.wila-bildungszentrum.de

Jeden 1. Dienstag im Monat

18:00 - 21:00 Uhr

kostenfrei

› **Newsletter**

Alle zwei-drei Monate informieren wir über neue Themen und aktuelle Fortbildungen.

Melden Sie sich zu unserem Newsletter an:

www.wila-bildungszentrum.de

Projektmanagement

› **Finanz-Grundlagen für die Arbeit in Vereinen Gemeinnützigkeit, Spendenrecht, Fördermittel, Buchführung**

Franziska Bessau

Projekt-Anträge stellen, Budgets einhalten und Abrechnungen erstellen gehört im Non-Profit-Bereich häufig zum Anforderungsprofil. Das Seminar bringt Grundlagen der Gemeinnützigkeit, der Vereinsbuchführung sowie Finanzierungsarten und Abrechnung für Projekte auch für Anfänger/innen näher.

Fr. 24.01.20, 10:00 - 17:00 Uhr

245,00 €

Sa. 25.01.20, 10:00 - 17:00 Uhr

› **Zeit gewinnen durch Struktur und Wissensmanagement**

Tony Westwood

Die tägliche Informationsflut in den Griff bekommen ist heutzutage einer der grundlegenden Softskills. Wie man Ordnungssysteme sinnvoll nutzen kann und zu einem realistischen Zeitmanagement kommt, um Freiräume für die wesentlichen Aufgaben zu haben, ist Inhalt dieses praxisbezogenen Workshops.

Fr. 31.01.20, 10:00 - 18:00 Uhr

120,00 €

› **Projektmanagement für Geistes- und Naturwissenschaftler/innen**

David Nitescu

Fähigkeiten im Projektmanagement werden in immer mehr Berufsfeldern erwartet. Das Seminar bietet die Grundlagen für die Planung eines Projektes, den Umgang mit knapp bemessener Zeit, die Bündelung von Aufgaben und Ressourcen, die Strukturierung von Arbeitsphasen und die Kommunikation mit allen Beteiligten.

Fr. 06.03.20, 10:00 - 18:00 Uhr

245,00 €

Sa. 07.03.20, 09:00 - 17:00 Uhr

Projektmanagement

› **Projektmanagement für Drittmittelfinanzierte Projekte I Projekte beantragen und Finanzquellen erschließen**

Christian van den Kerckhoff

In diesem ersten von drei Seminaren werden neben einem Überblick über mögliche Finanzquellen grundsätzliche Kenntnisse und Fertigkeiten zur Projektbeantragung und Erschließung von Finanzquellen vermittelt. Ziel ist, zur Projektidee passende Förderprogramme finden, Projektanträge und Finanzpläne schlüssig und dazu passend verfassen zu können.

Fr. 14.02.20, 10:00 - 18:00 Uhr

245,00 €

Sa. 15.02.20, 09:00 - 17:00 Uhr

Bei Buchung aller drei Teile: 10% Erlass

› **Projektmanagement für Drittmittelfinanzierte Projekte II Durchführung und Controlling**

Christian van den Kerckhoff

Ziel in diesem Seminar ist, in Drittmittelfinanzierten Projekten die Projektdurchführung systematisch organisieren, ein Controlling zur Qualitätssicherung einsetzen sowie Änderungen in laufenden Projekten durchführen zu können.

Fr. 15.05.20, 10:00 - 18:00 Uhr

245,00 €

Sa. 16.05.20, 09:00 - 17:00 Uhr

› **Projektmanagement für Drittmittelfinanzierte Projekte III Abwicklung und Verwendungsnachweise**

Christian van den Kerckhoff

Inhalte sind Projektabwicklung, Verfassen von Sachberichten sowie Grundlagen der Finanzbuchhaltung. Außerdem Möglichkeiten, laufende Projekte zu verlängern oder als Grundlage für neue Projektanträge zu nutzen.

Fr. 06.11.20, 10:00 - 18:00 Uhr

245,00 €

Sa. 07.11.20, 09:00 - 17:00 Uhr

Projektmanagement

› **Kommunikation im Projektmanagement** **Nachhaltige Partnerschaften aufbauen**

Friederike Vogel

Wo Menschen aus unterschiedlichen Fach- und Lebensbereichen zusammenkommen, brauchen Projektleiter/innen besondere Sensibilität und Schnittstellenkompetenz, denn komplexe Aufgaben erfordern Lösungen, die aus diversen Richtungen durchdacht sind. Die Teilnehmenden lernen Methoden des agilen Projektmanagements kennen, sowie mit Konflikten im Prozess lösungsorientiert umzugehen und Projekte erfolgreich zu leiten.

Fr. 24.04.20, 10:00 - 17:00 Uhr

230,00 €

Sa. 25.04.20, 09:00 - 16:00 Uhr

› **Wussten Sie, dass Sie auf unserer Website neben allen Seminaren 2020 auch unseren Blog finden?**

Unsere Referent/innen erzählen hier mehr über sich und über ihre Motivation.

Hier stellen wir spannende Methoden vor und berichten Neues aus dem Bildungswesen.

Nachhaltigkeit und Diversity

› **CSR in der Praxis**

Nachhaltigkeit umsetzen und managen

Dr. Sabine te Heesen

„Corporate Social Responsibility (CSR)“ befasst sich mit der Umsetzung nachhaltigen Wirtschaftens. Nicht nur Unternehmen, auch Non-Profit-Organisationen stellen sich zunehmend dieser Herausforderung.

Ohne CSR kommt kaum eine Organisation heute noch aus. Grundlagen, Umsetzung, Fallbeispiele.

Fr. 07.02.20, 11:00 - 19:00 Uhr

250,00 €

Sa. 08.02.20, 10:00 - 18:00 Uhr

› **Nachhaltigkeitsberichte und CSR-Kommunikation**

Dr. Sabine te Heesen

Nachhaltigkeits-Strategien sind sowohl für Unternehmen als auch Non-Profit-Organisation wichtig.

Entscheidend für den Erfolg ist die professionelle Kommunikation dieser Inhalte. Nachhaltigkeitsberichte sind dabei ein zentrales Element, aber auch der Stakeholder-Dialog oder die interne Kommunikation.

Fr. 08.05.20, 11:00 - 19:00 Uhr

250,00 €

Sa. 09.05.20 10:00 - 18:00 Uhr

› **Anti-Bias, Diversity und Soziale Inklusion**

Umgang mit Vorurteilen, Macht und Diskriminierung in der Bildungsarbeit

Dr. Prasad Reddy

Soziale Inklusion ist ein Prozess, der nur gelingen kann, wenn aktiv Rahmenbedingungen dafür geschaffen werden, dass alle ihre Potentiale optimal entfalten können. Ein Seminar für Pädagog/innen und Multiplikator/innen, die den Anti-Bias-Ansatz in der Bildungsarbeit anwenden wollen.

Fr. 13.03.20, 10:00 - 18:00 Uhr

230,00 €

Sa. 14.03.20, 09:00 - 17:00 Uhr

Reden, Moderieren, Schreiben

› **Erfolgreich Netzwerken mit Pitch** **Die Ultra-Kurz-Präsentation**

Dr. Stephen Wagner

In der Projektbesprechung, im Business- oder Vorstellungsgespräch oder beim Netzwerktreffen: Ins Gespräch kommen, knapp und spannend darstellen, worum es geht, das ist ein wichtiger Schlüssel zum Erfolg. Trainieren Sie Ihren Elevator Pitch, die kurze Rede während einer Aufzugsfahrt, damit Sie situationsgerecht neue persönliche Kontakte knüpfen.

Mo. 13.01.20, 18:00 - 21:00 Uhr

49,00 €

› **Wissen kommunizieren:** **Präsentationen, die überzeugen**

Dr. Stephen Wagner

Wie spreche ich mein Publikum an? Was ist in der freien Rede wichtig, was in der PowerPoint- oder Poster-Präsentation? Wir sprechen Aspekte der Science Story, PechaKucha und spontane Reden an. Bringen Sie Ihren eigenen 5-Minuten-Vortrag mit – Sie bekommen dafür ausführliches Feedback.

Mi. 13.05.20, 10:00 - 17:00 Uhr

110,00 €

› **Redebaukasten** **Reden halten leicht gemacht**

Saskia Eversloh

Mit ein paar Grundregeln lassen sich verschiedene Arten von Reden schnell und überzeugend auf- und umsetzen. Dafür gibt es einfache Techniken, Checklisten und Aufbaumöglichkeiten, mit denen Sie Ihre eigene Rede schriftlich skizzieren und frei vortragen üben.

Mi. 25.03.20, 10:00 - 18:00 Uhr

129,00 €

Reden, Moderieren, Schreiben

› **Presenting in English**

Dr. Stephen Wagner

This workshop highlights essential communication techniques for conference presentations. It provides insights into speech style and structure. Participants will be able to match their individual goals with the expectations of their particular audience.

Mi. 22.01.20, 10:00 - 17:00 Uhr

110,00 €

› **Körpersprache und Stimm-Training für den überzeugenden Auftritt**

Heike Hofmann

Gelassenheit und Selbstbewusstsein in Präsentation aufzubauen ist Ziel dieses Seminars. Wir schulen die Selbstwahrnehmung beim Auftritt vor Publikum und üben, unsere authentische Körperhaltung, Gestik, Mimik sowie das gesprochene Wort aufeinander abzustimmen. Sie trainieren, sich überzeugend einzubringen.

Fr. 14.02.20, 17:00 - 20:30 Uhr

210,00 €

Sa. 15.02.20, 09:30 - 17:00 Uhr

› **Ressource Körpersprache II – Angriffe gekonnt kontern. Non-/ Verbale Schlagfertigkeitstechniken**

Heike Hofmann

Ein Aufbau-Seminar für Menschen, die bereits gelernt haben, Präsentationen inhaltlich und körpersprachlich gelassen erfolgreich zu meistern. Nun geht es darum, diese Gelassenheit auch in schwierigen Situationen zu bewahren, beispielsweise um nonverbale Strategien im Umgang mit Einwänden, Kommentaren oder Killerphrasen und darum, wertschätzend Grenzen zu setzen.

Fr. 19.06.20, 09:30 - 17:00 Uhr

139,00 €

Reden, Moderieren, Schreiben

› **Moderation – Besprechungen effektiv und ergebnisorientiert leiten**

Heidmarie Rubart

Sie wollen Meinungsbildungs-, Planungs- und Entscheidungsprozesse zielorientiert und demokratisch steuern? Hier lernen und üben Sie bewährte und neue Moderationsmethoden, Gesprächstechniken, Visualisierungsmöglichkeiten und mit schwierigen Gruppenkonstellationen umzugehen.

Fr. 14.02.20, 10:00 - 18:00 Uhr

265,00 €

Sa. 15.02.20, 09:00 - 17:00 Uhr

In Berlin

› **Moderator oder Moderatorin im eigenen Team Als Teamleitung Prozesse moderieren**

Janine Kleidorfer

Sie gewinnen Sicherheit im Umgang mit der Doppelrolle als Moderator/in und Beteiligte/r. Praxisnah lernen Sie die wichtigsten Aspekte zur Motivation und Aktivierung der Teammitglieder sowie Reaktions- und Steuerungsmöglichkeiten in der Arbeit mit ihrem Team kennen.

Fr. 05.06.20, 10:00 - 18:00 Uhr

120,00 €

› **Fit fürs Schreiben im Beruf**

Katja Reinicke

Sie müssen oder wollen beruflich schreiben? In diesem Seminar erhalten Sie Tipps, Übungen und Methoden für alle Texte vom Fünfzeiler bis zur Dokumentation. Wir beschäftigen uns z.B. damit, leichter in einen Schreibfluss zu kommen und gekonnter zu formulieren.

Do. 12.03.20, 10:00 - 17:00 Uhr

230,00 €

Fr. 13.03.20, 10:00 - 17:00 Uhr

PR und Marketing

› **Öffentlichkeitsarbeit, PR und Kampagnenplanung**

Achim Hennecke

Jedes noch so sinnvolle Projekt, jede noch so gute Organisation ist auf ein positives öffentliches Image angewiesen und muss eigene Anliegen zielorientiert öffentlich darstellen. Dieses Seminar vermittelt die wichtigsten Grundlagen der PR-Arbeit. Anhand praktischer Beispiele entwickeln die Teilnehmerinnen und Teilnehmer PR-Konzepte und lernen das erforderliche Handwerkszeug.

Fr. 07.02.20, 10:00 - 18:00 Uhr 245,00 €

Sa. 08.02.20, 09:00 - 17:00 Uhr

In Bonn

Fr. 08.05.20, 10:00 - 18:00 Uhr 265,00 €

Sa. 09.05.20, 09:00 - 17:00 Uhr

In Berlin

› **Vom Fachjargon zum spannenden Text Komplizierte Sachverhalte verständlich ausdrücken**

Friederike Vogel

Sie lernen, Ihr Fachthema für Medien und unterschiedliche Zielgruppen aufzubereiten; wie Sie mit einfachen Mitteln aus fachsprachlichen, mitunter sperrigen Abhandlungen einen spannenden, lesbaren Text machen, der das Wesentliche auf den Punkt bringt. Sie lernen Grundlagen des journalistischen Schreibens und verschiedene Darstellungsformen kennen. Außerdem erfahren Sie, wie Redaktionen arbeiten, damit Sie Ihre Texte passgenau anbieten können.

Fr. 28.02.20, 10:00 - 17:00 Uhr 230,00 €

Sa. 29.02.20, 09:00 - 16:00 Uhr

› Fundraising und Sponsoring

Dr. Marion Steinbach

Unternehmen wollen sich engagieren. Gemeinnützige Einrichtungen brauchen Unterstützung für bestimmte Projekte oder um zu existieren. Der Workshop zeigt, wie beide zusammenkommen und erfolgreich zusammenarbeiten.

Fr. 20.03.20, 09:30 - 17:30 Uhr

120,00 €

› Event-Management und Event-PR: Konzept, Organisation und Kommunikation von Veranstaltungen

Dr. Marion Steinbach

Events haben im Zeitalter der digitalen Kommunikation Hochkonjunktur. Damit sie wirken, müssen sie zielgerichtet und professionell konzipiert, organisiert und kommuniziert werden. Hier lernen Sie die wichtigsten Grundlagen für eine professionelle Planung.

Sa. 28.03.20, 09:30 - 17:30 Uhr

120,00 €

› Interview- und Medientraining TV, Radio, Internet

Saskia Eversloh

Wer eine Organisation öffentlich vertritt, muss professionell mit den Medien und Journalisten umgehen können. In diesem Training lernen Sie, Ihre Kernbotschaft zu entwickeln und auch in brenzligen Situationen überzeugend vor Mikrofon, Kamera und in Social Media zu vermitteln.

Fr. 24.04.20, 10:00 - 18:00 Uhr

260,00 €

Sa. 25.04.20, 10:00 - 17:00 Uhr

Digitale Medien nutzen

› **Mit Wordpress in zwei Tagen zur eigenen Website**

Moritz Sauer

Nach diesem Workshop besitzen Sie eine eigene Website, die Sie selbst betreuen und mit Inhalten füllen können. Im ersten Schritt entwickeln Sie ein Konzept und eine Strategie für Ihre Internet-Präsenz. Im zweiten Schritt setzen Sie das Projekt in Wordpress gezielt um.

Fr. 24.01.20, 09:30 - 17:00 Uhr 210,00 €

Fr. 07.02.20, 09:30 - 17:00 Uhr

Fr. 15.05.20, 09:30 - 17:00 Uhr 210,00 €

Fr. 29.05.20, 09:30 - 17:00 Uhr

› **Social Media Training - eReputation**

Saskia Eversloh

Schnell wird was gepostet, geteilt oder geliked – und ist kaum wieder aus dem Netz zu bekommen. Dabei verschwimmen private und berufliche Nutzung immer mehr und viele fragen sich: Wie steuere ich meine (berufliche) Selbstdarstellung im Netz und wie wirkt das auf andere? Seminar für strategisches Networking.

Mi. 18.03.20, 10:00 - 18:00 Uhr 129,00 €

› **Individuelle Instagram-Stories und -Beiträge entwickeln und produzieren**

Moritz Sauer

Sie nutzen Instagram, möchten aber Ihre Beiträge professioneller erstellen? Hier erhalten Sie Inspiration und hilfreiche Apps, um Ihre Stories spannend und abwechslungsreich zu gestalten. Ein Seminar für alle, die für ihr Business, ihren Verein oder ihr ehrenamtliches Engagement ihren Instagram-Auftritt optimieren wollen.

Sa. 25.04.20, 09:30 - 17:00 Uhr 120,00 €

Digitale Medien nutzen

› **Suchmaschinenoptimierung – Texte schreiben fürs Internet**

Moritz Sauer

Wie schreibe ich Texte, damit sie in Suchmaschinen weit nach oben kommen? Wie erreiche ich, dass meine Texte nicht nur gelesen, sondern auch in sozialen Medien geteilt werden? Was zeichnet einen guten Internet-Text eigentlich aus? Und was muss ich bei der Suchmaschinenoptimierung beachten?

Fr. 06.03.20, 09:30 - 17:00 Uhr

120,00 €

› **Ausführliche Informationen zu jedem Seminar:**

www.wila-bildungszentrum.de

› **Webinare**

Auf unserer Website kündigen wir kurzfristig unsere Webinare an. Diese live im Internet stattfindenden Kurz-Seminare zum kleinen Preis können Sie bequem von zuhause besuchen und sich per schriftlichem Chat beteiligen. Die Themen bewegen sich rund um die Berufliche Orientierung und Weiterentwicklung.

Alle Infos: www.wila-bildungszentrum.de

Pädagogik und Ökologie

› **Train the Trainer: Methodentraining für die Arbeit mit Gruppen. Für erfahrene Trainerinnen und Trainer**

Dr. Merjam Wakili

Wie baue ich meinen Workshop spannend auf?
Wie vermittele ich Inhalte, ohne zu viel zu reden?
Hier lernen und probieren Sie innovative und interaktive Methoden für Ihre Arbeit mit Gruppen. Inhalte sind Theorie und Praxis des Design Thinking Ansatzes und der Methode LEGO® SERIOUS PLAY®, praxisrelevante Aspekte aus Flow- und Lerntheorien für die Gruppenarbeit sowie Selbstreflexion zu Trainerpersönlichkeit und Haltung.

Sa. 15.02.20, 10:00 - 18:00 Uhr

260,00 €

Fr. 16.02.20, 09:00 - 16:30 Uhr

› **Weiterbildung**

Facherzieher/in für Natur- und Waldpädagogik

Margret von der Forst-Bauer

Diese Weiterbildung wird in Kooperation mit der Naturschule Deutschland e.V. angeboten und qualifiziert Sie für die professionelle pädagogische Arbeit in der Natur und insbesondere im Waldkindergarten. Die Zertifizierung bestehend aus Basis- und Aufbaukurs.

Basiskurs 3 Blöcke

Fr.-So. 06.03. bis 08.03.20,

Fr.-So. 15.5. bis 16.05.20,

Fr.-Sa. 19.06 bis 20.06.20

Frühbucher

690,00 €

ab 06.12.19

745,00 €

Aufbaukurs 3 Blöcke

Fr.-So. 11.09. bis 13.09.20,

Fr.-So. 02.10. bis 03.10.20,

Fr.-Sa. 20.11. bis 21.11.20,

Frühbucher

690,00 €

ab 11.06.20

745,00 €

Pädagogik und Ökologie

› Weiterbildung

Fachkraft für Waldpädagogik in der Kita

Edith Klingsporn

Die Weiterbildung richtet sich an Erzieher/innen in Kindertagesstätten, die sich im Bereich Waldpädagogik zertifizieren möchten, um kompetent Waldtage in Ihrer Einrichtung umzusetzen. Diese Weiterbildung vermittelt Methodik und Didaktik der Waldpädagogik, ökologisches Grundwissen, den Bildungsschwerpunkt Wald und Natur für die Regeleinrichtung, sowie die Praxis für den sicheren Aufenthalt mit Kindern im Wald.

Mo.-Di. 30.03. - 31.03.20

670,00 €

Mo.-Di. 08.06. - 09.06. 20

Mo.-Di. 31.08. - 01.09.20

3 Module, jeweils 09:30 - 17:30 Uhr

› **Seilbrücken und Baumschaukeln bauen**

Edith Klingsporn

Anhand von Knoten- und Seiltechnik, sowie Material- und Standortkenntnissen erlernen Sie, Kletterelemente für den Wald zu bauen.

Mi. 25.03.2020, 09:00 - 16:00 Uhr

90,00 €

In einem Waldstück im Kölner Grüngürtel

Do. 07.05.2020, 09:00 - 16:00 Uhr

90,00 €

In einem Waldstück in Bonn

› **Waldpädagogik für Ihre KiTa?**

Sie wünschen ein individuelles Seminar für Ihr KiTa-Team? Sprechen Sie uns an. Wir können gemeinsam Ihre Inhalte konkretisieren und zu einem Seminar zusammenfassen.

Pädagogik und Ökologie

› Mit der KiTa in den Wald

Edith Klingsporn

Der Wald ist eine attraktive Erweiterung des KiTa-Alltag und bietet Kinder ein idealer Spielraum. Hierfür werden praktische und theoretische Grundlagen der Waldpädagogik, sowie die Gefahren in der Natur erläutert.

Mi. 11.03.20, 09:00 - 16:00 Uhr 90,00 €

In einem Waldstück in Köln

Do. 04.06.20, 09:00 - 16:00 Uhr 90,00 €

In einem Waldstück in Bonn

› Pflanzenheilkunde – Ausbildung mit Zertifikat

Dr. phil. Karen Laß

Sie lernen ca. 100 Heilpflanzen kennen, diese in der Natur zu finden und zu bestimmen. Wir werden zu jeder Jahreszeit draußen sein, viel mit den Pflanzen experimentieren und stellen selbst Heilmittel wie Öle, Salben und Tinkturen her. Mit Abschlussprüfung.

1 Jahr (130 Unterrichtsstunden)

10 x Samstag: Exkursionen z.B. in die Eifel

20 x Donnerstagabend in Köln

Info-Veranstaltung:

Sa. 09.05.20, 14:00 Uhr (ca. 1,5 - 2 Std.) kostenfrei
vor der Bastei, K.-Adenauer-Ufer, Köln

Ausbildungsstart:

Sa. 19.09.20, 10:00 - 17:00 Uhr 12 Monatsraten:
Frühbucher
140,00 €

Abschluss mit Praktischer Prüfung und Zertifikatsübergabe:

Sa. 04.09.2021 Buchung ab
02.07.20
150,00 €

Seminare für Frauen

› **Warum Seminare für Frauen?**

Kommunikation, Führungskompetenz und Durchsetzungsfähigkeit, bei diesen Themen machen Frauen häufig andere Erfahrungen in der Arbeitswelt als Männer. In unseren Seminaren profitieren Sie von einem reflektierten Umgang mit Geschlechterrollen.

› **Abgrenzen, durchsetzen, verhandeln!**

Marianne Gühlcke

Ausgehend von der Praxis der Teilnehmerinnen werden wir in Gruppen- und Einzelarbeit sowie Rollenspielen die eigene Durchsetzungsfähigkeit stärken. Zentrale Themen sind Körpersprache, Kommunikation von Männern und Frauen, Manipulationsversuche und selbstbewusstes Verhandeln.

Sa. 01.02.20, 10:00 - 17:30 Uhr

210,00 €

Fr. 02.02.20, 09:00 - 16:30 Uhr

› **Führungspraxis und Führungskompetenz**

Dr. Merjam Wakili

In diesem Seminar werden Sie ermutigt, eine Führungsposition anzustreben, die eigenen Kompetenzen in der Führungsrolle wahrzunehmen und ggf. zu verbessern. Wir reflektieren Führungsstile, die eigene Führungsrolle, beschäftigen uns mit Kommunikation und zentralen Aspekten von Good Leadership. Ziel ist mehr Klarheit und Bewusstheit über die eigenen Führungskompetenz.

Fr. 28.02.20, 17:00 - 19:30 Uhr

265,00 €

Sa. 29.02.20, 09:30 - 17:00 Uhr

So. 01.03.20, 09:30 - 16:00 Uhr

Seminare für Frauen

› **Selbstpräsentation – Auftreten im Beruf**

Marianne Gühlcke

Sie wollen sich auf neue Aufgaben, Karriereziele oder Bewerbungssituationen vorbereiten? Hier erarbeiten Sie sich eine überzeugende Selbstdarstellung auf Grundlage Ihrer individuellen Potentiale. Ziel ist die Stärkung Ihrer selbstsicheren Ausstrahlung, der kompetente Auftritt und der Ausbau Ihrer Präsenz im beruflichen Feld.

Sa. 06.06.20, 10:00 - 17:30 Uhr

210,00 €

So. 07.06.20, 09:00 - 16:30 Uhr

› **Spontan und Schlagfertig**

Marianne Gühlcke

Schlagfertigkeit ist die Kunst, in einer unangenehmen oder überraschenden Situation spontan und flexibel zu reagieren. Damit stoppen Sie Verbalattacken und nehmen dem Angreifer / der Angreiferin den Wind aus den Segeln. Je nach Situation stoppen Sie einerseits weitere Attacken oder bringen mit Leichtigkeit und Humor eine Entspannung in die Gesprächssituation.

Sa. 22.08.20, 10:00 - 17:45 Uhr

210,00 €

- › Seminare zur Persönlichkeitsbildung und beruflichen Weiterentwicklung in gemischten Gruppen finden Sie ab S. 27.
-

Abi, Studium, Promotion

› Für's Abi 2020: Mathe-Abi-Strukturtag

Gregor Kowalski

Wir erstellen eine übersichtliche Gliederung und Strukturierung des abiturrelevanten Stoffs und ggfs. der Eigenen Unterlagen. So erhält jede/r einen hilfreichen Startimpuls, um die Stofffülle schrittweise und zusammenhängend erlernen zu können!

So. 08.12.19, 13:00 - 18:00 Uhr	45,00 €
So. 19.01.20, 13:00 - 18:00 Uhr	45,00 €

› Vielleicht doch noch promovieren?

Dr. Anouschka Strang

Dieses fachübergreifende Angebot richtet sich an alle, die diese Frage strategisch durchdenken möchten. Hier klären wir in kleiner Gruppe die individuelle Motivation, die realistischen Bedingungen und erstellen einen Projektplanentwurf.

Sa. 18.01.20, 10:00 - 18:00 Uhr	120,00 €
---------------------------------	----------

› Promovieren mit Erfolg: Erstellen eines Exposés

Dr. Anouschka Strang

In diesem Intensivworkshop werden die zentralen Fragen von der Strukturierung eines Exposés bis zur Platzierung bei potenziellen Betreuer/innen von Promotionen erörtert.

Fr. 20.03.20, 09:00 - 15:15 Uhr	70,00 €
---------------------------------	---------

› Dissertation durchhalten. Struktur und Motivation

Dr. Anouschka Strang

Eine fächerübergreifende Strukturunterstützung mit Tipps und individueller Motivations- und Profilstärkung.

Sa. 20.06.20, 10:00 - 18:00 Uhr	105,00 €
---------------------------------	----------

Persönlichkeit und Gesellschaft

Kurse und Seminare 2020

Sie wollen sich weiterentwickeln?

In unseren Seminaren stärken Sie Ihre Kommunikation,
Ihr Selbstbewusstsein und Ihre Persönlichkeit.

Persönlichkeit und Weiterentwicklung

› **Mentaltraining für den Job-Alltag** **Denkblockade abbauen – Gelassenheit stärken**

Gabi Brede

Sie stärken Ihre Gelassenheit und Ihre Konzentrationsfähigkeit, indem Sie blockierende Glaubenssätze abbauen, inspirierende stärken und den Kopf frei machen für die Dinge, die Ihnen wirklich wichtig sind.

Sa. 18.01.20, 10:00 - 17:00 Uhr

129,00 €

› **Kommunikationstraining: Wertschätzend und authentisch kommunizieren**

Michael Steiner

Eine Schlüsselkompetenz für den Umgang unter Kolleg/innen, mit Mitarbeiter/innen, Kund/innen und nicht zuletzt auch im privaten Umfeld ist wertschätzende Kommunikation. In dieser Fortbildung stärken Sie Ihre kommunikative Kompetenz und Empathiefähigkeit. Neben Theorie-Inputs und Übungen auf Grundlage der gewaltfreien Kommunikation wird ein unterstützender Austausch diesen Workshop prägen.

Fr. 31.01.20, 09:30 - 18:00 Uhr

120,00 €

› **Zeit gewinnen durch Struktur und Wissensmanagement**

Tony Westwood

Die tägliche Informationsflut in den Griff bekommen ist heutzutage einer der grundlegenden Softskills. Wie man Ordnungssysteme sinnvoll nutzen kann und zu einem realistischen Zeitmanagement kommt, um Freiräume für die wesentlichen Aufgaben zu haben, ist Inhalt dieses praxisbezogenen Workshops.

Fr. 31.01.20, 10:00 - 18:00 Uhr

120,00 €

› Unsere Seminare für Frauen finden Sie auf den Seiten 23 und 24.

Persönlichkeit und Weiterentwicklung

› **Körpersprache und Stimm-Training für den überzeugenden Auftritt**

Heike Hofmann

Gelassenheit und Selbstbewusstsein in Präsentation aufzubauen ist Ziel dieses Seminars. Wir schulen die Selbstwahrnehmung beim Auftritt vor Publikum und üben, unsere authentische Körperhaltung, Gestik, Mimik sowie das gesprochene Wort aufeinander abzustimmen. Sie trainieren, sich überzeugend einzubringen.

Fr. 14.02.20, 17:00 - 20:30 Uhr

210,00 €

Sa. 15.02.20, 09:30 - 17:00 Uhr

› **Selbstsicherheit ist lernbar – Selbstsicherheit gewinnen**

Marianne Gühlcke

In diesem Seminar lernen Sie berechtigte Forderungen und Interessen zu formulieren und durchzusetzen, eigene Bedürfnisse und Wünsche in Beziehungen oder am Arbeitsplatz angemessen zu vertreten, Ängste zu überwinden und in Kontakt mit anderen zu treten.

Sa. 14.03.20, 10:00 - 17:30 Uhr

210,00 €

So. 15.03.20, 09:00 - 16:30 Uhr

› **Kühlen Kopf bewahren Emotionen wirkungsvoll regulieren**

Gabi Brede

Was, wenn es wieder mal turbulent zugeht im Arbeitsalltag? Dann gilt es, impulsive Reaktionen zu kontrollieren und Ruhe zu bewahren. Doch wie schaffen wir es, bei Ärger, Fluchtreflexen oder Unsicherheit gelassen und handlungsfähig zu bleiben? Hier lernen und probieren Sie, einen kühlen Kopf zu bewahren und Emotionen wirkungsvoll regulieren zu können.

Sa. 28.03.20, 10:00 - 17:00 Uhr

129,00 €

Kreatives Schreiben

› **Endlich losschreiben!**

Einführung in kreative Schreibtechniken

Katja Reinicke

Leicht und spielerisch ins Schreiben kommen - die Techniken des Kreativen Schreibens machen es möglich. Mit Methoden wie Cluster, Freewriting oder 30-Worte-Technik umgehen Sie den inneren Zensor und finden schnell in den ersehnten Schreib-Flow. In diesem Tagesseminar wird wenig doziert und viel geschrieben.

Sa. 21.03.20, 10:00 - 17:00 Uhr

105,00 €

› **Abenteuer Schreiben: Einstieg in die Held*innenreise**

Katja Reinicke

Wir begeben uns auf eine „kleine Heldenreise“ nach Christopher Vogler (Vorbild für Hollywood-Drehbücher) und schreiben Einstieg und Gerüst für eine spannende Geschichte. Vermittelt werden dabei Techniken im Kreativen Schreiben zur Verfremdung autobiografischer Texte.

Sa. 06.06.20, 10:00 - 17:00 Uhr

210,00 €

So. 07.06.20, 10:00 - 17:00 Uhr

› **Das Schreibhaus - Werkstatttreffen für veröffentlichte Autorinnen**

Gitta Edelmann

Der Kurs richtet sich an Autor/innen, die bereits längere Schreiberfahrung besitzen und erste Texte veröffentlicht haben.

Sa. 18.01., 29.02., 04.04., 09.05., 20.06.20, 220,00 €
5 x 10:00 - 17:00 Uhr

Gesundheit und Stressbewältigung

Kurse und Seminare 2020

In unseren Seminaren und Kursen lernen Sie mit Stress umzugehen, gelassener zu werden und im Beruf und privat fit zu bleiben.

› Yoga & Achtsamkeit

Elfi Christine Uhlemann

Durch die Achtsamkeit verstärkt sich die positive Wirkung von Yoga- und Atemübung auf die Gesundheit und Ihr inneres Wohlbefinden.

Di. 07.01. - 31.03.20 130,00 €

13 x 18:15 - 19:45 Uhr

Di. 21.04. - 23.06.20 100,00 €

10 x 18:15 - 19:45 Uhr

› Hatha-Yoga

Lutz Reichardt

Erhalten Sie Ihre Arbeitsfähigkeit und erhöhen Sie Ihre Stressresistenz durch gezielte Entspannungstechniken für Beruf und Alltag.

Do. 09.01. - 02.04.20 104,00 €

12 x 18:15 - 19:45 Uhr

Do. 09.01. - 02.04.20 104,00 €

12 x 20:00 - 21:30 Uhr

Mo. 13.01. - 30.03.20 96,00 €

11 x 09:30 - 11:00 Uhr

Mo. 20.04. - 22.06.20 77,00 €

9 x 18:15 - 19:45 Uhr

Do. 23.04. - 25.06.20 69,00 €

8 x 20:00 - 21:30 Uhr

Do. 23.04. - 25.06.20 69,00 €

8 x 09:30 - 11:00 Uhr

Yoga | Entspannung und Bewegung

› **Achtsamkeitsschulung – für Alltag, Beruf & Familie**

Elfi Christine Uhlemann

Im Kurs werden kraftvolle Techniken erlernt, um das Potenzial der Achtsamkeit zu entfalten.

Di. 21.04. - 12.05.20

40,00 €

4 x 20:00 - 21:15 Uhr

› **5 Elemente Yoga mit Aromaölen**

Elfi Christine Uhlemann

Die Übungen und die darauf abgestimmten, reinen ätherischen Öle entfalten ihre Heilkraft auf die Vitalströme des Körpers und wirken klärend auf den Geist.

Di. 07.04.20

45,00 €

1 x 18:00 - 21:00 Uhr

Di. 30.06.20

45,00 €

1 x 18:00 - 21:00 Uhr

› **Tanzen für Leib und Seele**

Friederike Erhardt

Wir werden uns gemeinsam auf tänzerische Entdeckungsreise mit unserem Körper und unseren Bewegungen begeben. Der spielerische Umgang mit Tanz ist ein Weg zur eigenen Lebendigkeit - Sie öffnen damit neue Energiepotenziale und schöpfen so Kraft für den Alltag.

Mi. 04.03. - 20.05.20

100,00 €

10 x 19:30 - 21:00 Uhr

Vorschau 2. Halbjahr 2020

Vorschau August 2020

- › **Train the Trainer:
Methodentraining für die Arbeit mit Gruppen**
Sa. 15.08. - So. 16.08.20
- › **Redebaukasten: Reden halten leicht gemacht**
Fr. 21.08.20
- › **CSR in der Praxis – Nachhaltigkeit umsetzen
und managen**
Fr. 21.08. - Sa. 22.08.20
- › **Individuelle Instagram-Stories und -Beiträge
entwickeln und produzieren**
Sa. 22.08.20
- › **Spontan und Schlagfertig.
Ein Tagesworkshop für Frauen**
Sa. 22.08.20
- › **U-Drei Kinder im Waldkindergarten**
Mi. 26.08.20
- › **Vom Fachjargon zum spannenden Text**
Fr. 28.08. - Sa.29.08.20
- › **Berufliche Neuorientierung
mit der Kompetenzlandkarte**
Fr. 28.08. - Sa. 29.08.20
- › **www.wila-bildungszentrum.de**

Ermäßigungen

› Ermäßigungen

Abonent/innen unserer WILA Arbeitsmarkt-Hefte erhalten eine Ermäßigung von 10% auf alle berufsbezogenen Seminare.

www.wila-arbeitsmarkt.de

› Zuschüsse

Unsere Seminare können bezuschusst werden durch:

- **Bildungsscheck NRW**

50% der Seminarkosten, max. 500 € erhalten Beschäftigte kleinerer Unternehmen, Berufsrückkehrer/innen und Selbständige, deren Jahreseinkommen 40.000 € nicht übersteigt. Alle Infos und Beratungsstellen: www.mags.nrw/bildungsscheck

- **Bildungsprämie des Bundes**

50% der Seminarkosten, max. 500 € erhalten Beschäftigte ab 25 Jahren, auch in Elternzeit, sowie Existenzgründer/innen, deren Jahreseinkommen 20.000 € nicht übersteigt.

Alle Infos und Beratungsstellen:

www.bildungspraemie.info

Interessant:

- Über den Arbeitgeber kann man pro Jahr einen zusätzlichen Bildungsscheck NRW beantragen.
 - Wenn Sie einen Bildungsgutschein des Bundes erhalten haben, können Sie für eine weitere Bildungsveranstaltung den Bildungsscheck NRW beantragen.
-

› **Adresse**

WILA Bildungszentrum im Wissenschaftsladen Bonn e.V.
Reuterstr. 157
53113 Bonn

0228 | 201 61 - 66
info@wila-bildungszentrum.de
www.wila-bildungszentrum.de

› **AGB, Datenschutz und Rücktrittsbedingungen**

Unsere Rücktrittsbedingungen, die Datenschutzerklärung und AGB finden Sie auf:
www.wila-bildungszentrum.de

› **Anmeldung**

Ausführlichere Seminartexte und das Anmeldeformular finden Sie auf: www.wila-bildungszentrum.de

Haben Sie Fragen? Wir beraten Sie gerne!

› **Ansprechpartnerin für Ihre Anmeldung**

Gabi Fremuth
0228 | 201 61 - 66
bildungszentrum@wilabonn.de

› **Leiterinnen des Bildungszentrums**

Carola Lehmann
carola.lehmann@wilabonn.de

Edith Klingsporn
edith.klingsporn@wilabonn.de

› **Gestaltung**

Katharina Grünberg | PIXELHEIT Kommunikationsdesign
www.pixelheit.de

Seminare & Kurse *1. Halbjahr 2020*

WILA Bildungszentrum • Reuterstraße 157 • 53113 Bonn

Alles über das WILA Bildungszentrum:
www.wila-bildungszentrum.de

MEHR INFOS



Spannende Berufsfelder & Inspirierende Jobs

Ein Seminar ist oft der erste Schritt zu einer beruflichen Veränderung. Mit dem WILA Arbeitsmarkt gehen Sie den nächsten Schritt. Jede Woche stellen wir spannende Berufsfelder und mehrere hundert aktuelle Stellenanzeigen vor. So erweitern Sie Ihren beruflichen Horizont, kommen auf neue Ideen und bleiben bei der Jobsuche am Ball.

WILA Arbeitsmarkt – die wöchentliche Zeitschrift für jobsuchende Akademiker/innen

www.wila-arbeitsmarkt.de